Virgiliu Gheorghe

pornografia

maladia secolului XXI



Asociaţia pentru Apărarea
Familiei şi Copilului

Virgiliu Gheorghe

Pornografia
maladia secolului XXI

De acelaşi autor:
Efectele televiziunii asupra minţii umane, (Prodromos, 2006)
Revrăjirea lumii (Prodromos, 2007)
Ştiinţa şi războiul sfârşitului lumii (Prodromos, 2008)
Efectele micului ecran asupra minţii copilului (Asociaţia pentru apărarea familiei şi copilului, 2008)

Virgiliu Gheorghe

Pornografia
maladia secolului XXI

prefață de Prof. dr. Restian Adrian
Membru al Academiei de Științe Medicale
din România

Editura Prodromos
Asociația pentru apărarea familiei și copilului

Referenţi ştiinţifici:

Prof. univ. dr. Ilie Bădescu,
directorul Institutului de Sociologie al Academiei Române

Prof. univ. dr. Pavel Chirilă,
doctor în ştiinţe medicale, directorul Centrului Medical Naturalia

Pentru comenzi:
Asociaţia pentru apărarea familiei şi copilului
tel/fax: 021 312 61 38
0741 933 264 / 0733 319 609

Prefață

Cunoscut pentru lucrările sale privind efectele televiziunii asupra minții și vieții omului contemporan, Virgiliu Gheorghe se ocupă în acest volum de pornografia care inundă societatea contemporană. Cele două fenomene ale lumii postmoderne în care trăim sunt legate între ele, nu numai pentru că televiziunea promovează multă pornografie, ci și pentru că atât televiziunea, cât și pornografia apelează la imagine.

Imaginea joacă un rol extrem de important în viața omului. Peste 90% din informațiile pe care le primește creierul sosesc prin intermediul vederii și mai mult de jumătate din activitatea creierului este consacrată prelucrării semnalelor vizuale. Imaginea face cât o mie de cuvinte. De aceea cei care vor să influențeze masele apelează tot mai des la imagine.

Majoritatea instituțiilor și majoritatea oamenilor caută astăzi să-și promoveze o imagine cât mai bună, chiar dacă ea nu corespunde realității. Imaginea reprezintă cel mai simplu mijloc de manipulare, iar pornografia, după cum se dovedește, face și ea parte dintre aceste mijloace de manipulare, susținută fiind de sumele fabuloase pe care le vehiculează.

Faptul că revistele pornografice se vând, faptul că site-urile pornografice de pe internet sunt accesate de foarte mulți vizitatori, faptul că filmele pornografice sunt vizionate de foarte mulți oameni, faptul că televiziunile care emit programe pornografice au un rating foarte mare, ne-ar putea face să credem că nu numai în mediul extern,

ci şi în capul oamenilor există un mic demon care de abia aşteaptă să fie ispitit de demonul cel mare.

Dar faptul că accesarea produselor pornografice nu ține seama de gradul de educație, căci chiar şi oameni foarte educați se întâmplă să acorde un anumit interes pornografiei şi perversiunilor sexuale, demonstrează că problemele cu care suntem confruntați sunt mult mai complicate decât s-ar părea la prima vedere. Autorul acestei cărți tratează problemele în toată complexitatea lor, atât din puncte de vedere biologic, cât şi din punct de vedere psihologic, social şi spiritual.

După cum arată Paul MacLean, noi avem un creier triunic, adică un creier format din suprapunerea a trei creiere. La baza creierului nostru se află un creier care se aseamănă ca structură cu cel al reptilelor, care contribuie la reglarea funcției organelor interne şi la asigurarea nevoilor primare. Peste el se află un creier afectiv sau emoțional. Iar deasupra celor acestora se află neocortexul, specific omului, care trebuie să controleze comportamentul într-un mediu foarte variabil şi de multe ori chiar foarte ostil.

Deci, există mai multe nivele după care omul interacționează cu realitatea, după care vede şi judecă lumea. La nivelele inferioare am putea să căutăm slăbiciunile ființei umane, iar în formațiunile superioare ar trebui să căutăm performanțele morale şi spirituale ale ființei umane. Dar pentru a putea trăi într-o societate civilizată, comportamentul omului ar trebui să fie rezultatul intersecției dintre tendințele instinctive şi tendințele raționale, intersecție care nu este întotdeauna dintre cele mai fericite.

Pentru că, potrivit studiilor de neurofiziologie, formațiunile primare ale creierului iau de obicei deciziile care

intervin în reglarea comportamentului nostru, înainte ca noi să fim conştienţi de ele. După cum arată B. Libet, creierul nostru ia deciziile în mod inconştient cu 100 de ms înainte ca noi să fim conştienţi de ele. Acest lucru a fost confirmat şi de J. Bargh şi de P. Gallwitzer, în 2001, care discută despre voinţa automată în reglarea comportamentului şi de R. Custers şi H. Aarts, în 2010, care discută despre voința inconştientă a omului în realizarea scopurilor sale.

Dar, ca şi când acest lucru nu ar fi suficient, creierul omului dispune de un sistem de recompensă-pedeapsă, care susține comportamentele care produc satisfacție şi evită comportamentele şi factorii care produc insatisfacție. Experiențele făcute pe animale au arătat că animalele cărora li s-au implantat electrozi în centrii plăcerii, s-au autostimulat până la epuizare. Acest sistem, al cărui mediator principal este dopamina, este implicat în reacția de dependență, nu numai față de droguri, ci şi față de sex şi pornografie. Deci, în creierul nostru se află unele formațiuni mai vulnerabile, care sunt exploatate de către cei care promovează pornografia.

Nucleul amigdalian, care face parte din creierul afectiv, primeşte pe un drum mult mai scurt informațiile venite de la organele de simț, pe care le evaluează din punct de vedere afectiv ca fiind plăcute sau neplăcute şi elaborează mult mai rapid o decizie sau, dacă vreți, o propunere, pe care o trimite spre lobul frontal, care este formațiunea cea mai evoluată a creierului, înainte ca noi să fim conştienţi de acest lucru. Lobul frontal, care lucrează cu valori etice şi morale, are posibilitatea de a bloca decizia respectivă şi de obicei şi face acest lucru atunci când decizia respectivă nu corespunde condițiilor de mediu sau

se opune legilor şi normelor pe care omul ar trebui să le respecte. Aşa se explică cum omul poate să trăiască într-o societate civilizată cu nişte formaţiuni ale creierului său care presupun anumite acte automate şi inconştiente.

Marea problemă este că, spre deosebire de formaţiunile mai vechi, formaţiunile mai noi ale creierului se maturizează mai greu şi lucrează mai încet decât formaţiunile mai vechi ale creierului. De aceea copilul nu are încă maturizate formaţiunile deontice şi morale, cu ajutorul cărora să controleze formaţiunile creierului reptilian şi emoţional ale creierului şi de aceea omul are o copilărie atât de lungă, până să ajungă să ia deciziile cele mai bune.

În orice caz, Dumnezeu l-a înzestrat pe om cu structurile nervoase care să respecte normele etice şi deontice în pofida presiunilor pe care formaţiunile mai vechi le fac asupra formaţiunilor mai noi ale creierului. Desigur că acest lucru nu este uşor, dar tocmai în aceasta constă marea performanţă a fiinţei umane.

Propunerile periculoase, sau indecente, care vin de la formaţiunile mai vechi ale creierului, sunt moderate, sau chiar blocate, la nivelul lobului frontal. De aceea, K. Popper spunea că rolul conştiinţei este acela de a face să moară ipotezele periculoase.

In urmă cu 10-15 ani, o echipă de cercetători condusă de Giacomo Rizzolatti, de la Universitatea din Parma, a constatat că atunci când maimuţele, care aveau implantaţi nişte electrozi în lobul frontal, observau o altă maimuţă, sau chiar pe cercetător, că efectuau o mişcare, prindeau un măr sau o portocală, neuronii din lobul frontal al maimuţei de experienţă reacţionau ca şi când ea ar fi executat mişcarea respectivă. De aceea, aceşti neuroni au fost denumiţi

neuroni în oglindă. Iar neuronii în oglindă sunt prezenți şi la om.

Deoarece nu este posibilă implantarea electrozilor în creierul omului, cercetătorii au apelat la electroencefalografie, la tomografie şi la rezonanța magnetică pentru a studia neuronii în oglindă la om. Astfel ei au observat o desincronizare a undelor electroencefalografice în zona lobului frontal atunci când individul observă un alt om care efectuează o anumită mişcare. Cu ajutorul rezonanței magnetice funcționale, M. Iacobini a observat o activare a neuronilor din lobul parietal atunci când individul observă că un alt individ desfăşoară o anumită activitate.

Aceasta înseamnă că atunci când noi asistăm la un meci de fotbal neuronii din capul nostru reacționează ca şi când noi am juca fotbal pe teren. Acelaşi lucru se întâmplă desigur şi în cazul vizionării unui film porno.

Cercetările au arătat că în lobul frontal există două feluri de neuroni în oglindă: unii neuroni care reacționează numai la mişcare, iar alții care reacționează la vederea obiectului respectiv. Ambii au rolul de a imita ceea ce omul vede în mediul înconjurător.

Până la descoperirea neuronilor în oglindă, se credea că reacția motorie este rezultatul prelucrării semnalelor de intrare de-a lungul unor circuite foarte complicate. Acum constatăm însă că neuronii reacționează pur şi simplu la ceea ce omul vede în mediul înconjurător. Adică, neuronii în oglindă îl determină pe om să imite la nivel mental tot ceea ce vede. Când creierul vede o mişcare, el spune: aceasta pot să fac şi eu! Iar, astfel, creierul învață mult mai uşor prin imitare decât prin explicațiile verbale mult mai laborioase.

Neuronii în oglindă sunt implicați nu numai în învățarea prin imitare, ci și în empatie și în contagiunea afectivă. După cum arată H. Harfield, neuronii în oglindă pot determina reproducerea automată și inconștientă a mimicii, a posturii și a stării afective a celor din jur. Neuronii în oglindă sunt implicați și în cunoașterea artistică și în difuzarea modei de la un individ la altul. O persoană care vede pe cineva îmbrăcat într-un fel anume, va imita, prin intermediul neuronilor în oglindă, vestimentația sau coafura respectivă. Din acest motiv, de neuronii în oglindă, care reproduc cortical imaginea percepută, depind în cea mai mare măsură influențele pe care pornografia le are asupra comportamentului uman. Astfel, omul se află descoperit în fața avalanșei de imagini, de filme, de spectacole și de reclame derizorii, care îl influențează fără să vrea.

De aceea, R. Brodie vorbește de virusurile minții, adică acele unități informaționale care pătrund în creier fără să vrem și care influențează comportamentul uman. R. Dawkins numește aceste virusuri informaționale *meme,* deoarece rolul lor este, ca și al genelor, acela de a se reproduce. Memele intră în creier prin intermediul unor cai troieni, adică a unor semnale la care creierul este deschis, cum sunt informațiile legate de sex sau de alimentație. De aceea, reclamele atașează produsului pe care vor să-l promoveze imaginea unei femei frumoase.

Bazându-se pe tendința hedonistă a omului, postmodernismul a promovat o cultură a satisfacției și a automulțumirii imediate. După cum arată J. F. Mattei, a apărut o barbarie intelectuală și o barbarie estetică, dominată de obiecte de duzină și de kitsch. Postmodernismul a promovat rolul vizualului facil, al copiilor, al colajelor, al

televiziunii şi al spectacolelor de sunet şi lumină, al internetului, în defavoarea cărţii şi a operelor adevărate.

Marcel Duchamp susţinea că orice obiect poate fi prezentat ca operă de artă dacă este scos din contextul iniţial şi eliberat de utilitatea lui iniţială. Astfel, R. Mut prezintă în 1917, „Pisoarul de porţelan", iar Salvador Dali prezintă o baie pe tavan. Sub pretextul că arta este prea elitistă şi a devenit prea comercială, s-a renunţat complet la valoarea estetică şi s-au expus cadavre de animale şi excremente de artist. D. Hirst a expus o oaie moartă într-un acvariu, iar Piero Manzoni a expus şi a vândut propriile sale excremente, etichetându-le „Rahat de artist 100% pur".

De la revoluţia artistică şi de la mişcarea socială care negau orice valoare, s-a trecut foarte uşor la revoluţia sexuală. Prin negarea tuturor valorilor etice şi morale, s-a ajuns nu numai la liberalizarea sexuală, ci şi la o sexualitate sălbatică, după cum arată Vance Packard. Apariţia anticoncepţionalelor şi a posibilităţilor de tratament a majorităţii bolilor cu transmitere sexuală au dus la o liberalizare uluitoare a sexualităţii. Astfel, după cum arată D. Folscheid, 7% dintre americani declară ca au avut peste 50 de parteneri pe an, iar 5% dintre Francezi declară că au avut peste 100 de parteneri pe an.

Dacă până la mijlocul secolului trecut perversiunile sexuale erau considerate tulburări psihice, începând cu anii '70 majoritatea lor au fost scoase din rândul bolilor psihice. Exhibiţionismul şi voyerismul nu mai sunt considerate ca tulburări psihice. Majoritatea ziarelor şi televiziunilor au devenit mai nou pline de exhibiţionism, de voyerism şi de pornografie.

Sexul a devenit o afacere foarte profitabilă. Dacă în 2004 s-au produs în întreaga lume 3 500 de filme clasice,

în acelaşi an s-au produs peste 11 000 de filme porno. Şi lucrurile merg din ce în ce mai rău, sau, pentru diavolul care le conduce, ele merg din ce în ce mai bine, deoarece dacă în 1983 cifra de afaceri a industriei porno era de 6 miliarde de dolari, în 2005 ea era de 40 de miliarde de dolari.

Revoluţia sexuală s-a răspândit ca un virus al minţii, iar industria sexului s-a dezvoltat foarte mult folosindu-se de faptul că instinctul sexual este înscris în structura fiinţei umane. Unii geneticieni, cum ar fi R. Dawkins, susţin că singurul scop al viului este să se reproducă, iar psihanaliştii susţin că instinctul sexual este cel care domină, de fapt, fiinţa umană.

Se constată că omul contemporan este foarte receptiv la imagine şi la sex, el neputându-şi modera prea uşor pornirile sale sexuale şi de aceea s-a şi răzvrătit împotriva restricţiilor care îi erau impuse. Pe de altă parte, industria sexului s-a dezvoltat foarte mult din cauza faptului că societatea postmodernă pe care şi-a construit-o omul zilelor noastre nu-i mai impune restricţiile pe care le impunea societatea modernă bunicilor noştri. Iar pornografia, fiind un virus informaţional care pătrunde foarte uşor în creier, se răspândeşte cu o viteză extraordinară, prin complicitatea mijloacelor de comunicare în masă.

Astfel, ne-am trezit inundaţi de violenţă, de exhibiţionism şi de pornografie. Deşi criza sexuală nu este singura criză de care suferă societatea postmodernă, totuşi ea are o importanţă foarte mare deoarece ea pune în discuţie baza societăţii umane, adică familia şi sănătatea viitoarelor generaţii.

Cum se va rezolva revoluţia sexuală şi toate celelalte crize ale societăţii contemporane, dintre care cea mai im-

portantă este probabil negarea valorilor, este foarte greu de spus. Unii văd soluția în reformarea sistemului bancar, alții în apariția unei noi societăți, a unei economii sociale de piață, alții în combaterea corupției, alții în intensificarea protecției mediului şi aşa mai departe.

Alții, aşa cum ar fi Bruce Lipton, spun că omenirea se află la o cotitură pe care o va depăşi prin apariția unei noi spiritualități, sau prin redescoperirea spiritualității pierdute. Dar, până la redescoperirea spiritualității, care aşteaptă să fie redescoperită, societatea ar trebui să îl protejeze pe omul care este vulnerabil nu numai la gripă, ci şi la tulburările de comportament, care pot fi induse de programele de televiziune, de filmele, de sit-urile de internet, de ziarele, de revistele şi de imaginile indecente, față de care nu are suficiente mijloace de apărare şi care îi pot tulbura mințile. Având în considerare importanța modelelor în formarea personalității umane, societatea ar trebui să ofere omului, şi mai ales copiilor, nişte modele demne de urmat. Din păcate, societatea umană este ea însăşi bolnavă şi se descurcă tot mai greu cu crizele cu care este confruntată.

Cărțile domnului Virgiliu Gheorghe, privind influența nefastă a televiziunii şi a pornografiei asupra omului contemporan, reprezintă o analiză multidisciplinară a problemelor pe care le determină imaginile derizorii şi degradante cu care suntem bombardați. După cum arată autorul, ele au un efect negativ atât asupra psihicului, cât şi asupra corpului, a familiei şi a societății.

Bazându-se pe o amplă documentare, autorul ne descrie în detaliu efectele pe care pornografia le are asupra biologiei omului, asupra psihicului, asupra comportamentului şi asupra vieții de familie.

Din păcate, ca toți ceilalți factori care acționează asupra sistemului de recompensă-pedeapsă, care există în creierul nostru, sistem care promovează factorii ce produc o stare de plăcere momentană și evită factorii care induc o stare de neplăcere, pornografia creează dependență. Din acest motiv, omul ar trebui să evite apariția acestei dependențe, ca și pe a celorlalte întâlnite foarte des la omul contemporan, cum ar fi dependența de jocurile de noroc și cea de internet.

Pornografia reprezintă, după cum arată autorul, un adevărat mijloc de spălare a creierului sau de direcționare a comportamentului uman pe căi greșite.

Fiind foarte bine documentată, insistând pe tulburările pe care pornografia le poate produce asupra omului și mai ales asupra copiilor, cartea domnului Virgiliu Gheorghe ar trebui citită de toți părinții, de toți educatorii și de toți cei care vor să-și păstreze sănătatea mintală într-o societate care nu numai că nu ne protejează, ci ne ispitește cu tot felul de lucruri dăunătoare.

Prof. dr. Restian Adrian
Membru al Academiei
de Științe Medicale din România și al
Academiei Europene a Profesorilor
de Medicina Familiei

Introducere

O cercetare pe marginea efectelor pornografiei şi a fenomenelor conexe cu aceasta – masturbare, perversiuni, violenţă sexuală – nu este deloc un lucru simplu. Dincolo de complexitatea fenomenului, ce necesită o abordare sociologică, psihologică, neurologică şi endocrinologică, analiza trebuie să ia în considerare şi cele ce ţin de viaţa intimă a bărbaţilor şi a femeilor în contextul sordid al imaginilor şi al practicilor pornografice. De bună seamă, un astfel de demers ar fi fost considerat cel puţin neruşinat în urmă cu câteva decenii, chiar dacă caracterul său ştiinţific nu ar fi fost pus la îndoială. Astăzi însă, în condiţiile în care pornografia stradală, cea din filme sau de pe internet a intoxicat deja minţile a sute de milioane de oameni, producând într-un anumit grad acea desensibilizare despre care vorbesc psihiatrii, o astfel de carte devine mai mult decât necesară.

E firesc să te informezi despre cum te poţi apăra în faţa unei maladii devastatoare şi e necesar a învăţa despre cum te poţi trata înainte ca boala să te distrugă. Căci, într-adevăr, dependenţa de pornografie a ajuns să atingă deja niveluri epidemice[1], lucru evident într-o ţară ca SUA, unde 25 de milioane de persoane petrec între 1 şi 10 de ore pe săptămână uitându-se la pornografie online, iar alte 4.7 milioane petrec peste 11 ore pe săptămână uitându-se pe site-urile porno.[2] Dintre aceştia, tinerii şi adolescenţii constituie o majoritate, mai mult de 70%

[1] K. Doran, „Industry Size, Measurements, and Social Costs", în *Costurile sociale ale pornografiei: o culegere de lucrări* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010).

[2] (MSNBC/Stanford/Duquesne Study, Washington Times, 1/26/2000)

dintre bărbații americani cu vârste cuprinse între 18 şi 34 ani vizitând un site pornografic într-o lună.[3]

Cel mai grav fapt este însă acela că între 6% şi 8% dintre toți americanii (18-24 mil.) pot fi clasificați ca dependenți de sex[4], iar 47% dintre toate familiile americane consideră că pornografia este o problemă în casa lor.[6] Deja dependența de sex face mai multe victime decât dependența de droguri, şi alcool luate împreună (sub 20 milioane de persoane) anunțându-se ca una dintre cele mai grave boli mentale ale viitorului. Există mii de articole şi cărți scrise şi tot mai mulți psihiatri şi psihoterapeuți se specializează pe terapia dependenței de sex. O oră de consultații costă minimum 100 de dolari, iar o terapie completă duce până la 30 000 de dolari.

Până la apariția internetului, industria pornografică era destul de limitată în efectele sale, din cauza frânelor sociale şi psihologice, însă *accesibilitatea, disponibilitatea şi anonimatul* presupuse de experiența virtuală au condus la o adevărată explozie a producției şi a consumului de pornografie:

- peste patru milioane dintre toate web-site-urile (12%) sunt dedicate pornografiei (420 milioane de pagini);
- zilnic, în America sunt 65 milioane de căutări pentru pornografie (25% din totalul căutărilor pe internet), transmițându-se 2,5 milioane de mail-uri cu conținut sexual;
- producția de filme pornografice pe an a crescut de la 1300 (1988) la 13 588 (2005), cu o creştere a vânzărilor de la 405 mil. filme vândute în 1992

[3] comScore Media Metrix
[4] National Council on Sexual Addiction Compulsivity, http://www.sash.net/

„Aşa cum afirmă Leiblum şi Döring, «nivelurile personale de inhibiţie, controlul social, precum şi lipsa de parteneri dispuşi şi de scene sexuale care pot limita activitatea sexuală în contexte de zi cu zi, sunt depăşite în spaţiul cibernetic. Este uşor ca dorinţele latente să fie realizate în spaţiul virtual. Sexualitatea pe Internet poate, aşadar, să servească ca un catalizator.»"[6]

O altă problemă gravă pe care o ridică internetul este imposibilitatea de a controla accesul minorilor, lucru care, într-o anumită măsură, se putea realiza în cazul pornografiei tipărite. În acest context, victimele principale ale tirului mesajului pornografic sunt copiii şi adolescenţii:

- vârsta medie a primei vizionări de pornografie în America este de 11 ani;
- 90% dintre copiii cu vârste cuprinse între 8-16 ani au vizionat pornografie online;
- copiii între 15 şi 17 ani constituie cel mai larg grup de vizitatori ai site-urilor pornografice pe internet;[7]
- în 2001, 31% dintre copiii de vârstă 10-17 ani care au calculatoare acasă (adică 24% dintre toţi copiii

---

[5] http://internet-filter-review.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics-pg4.html

[6] Jill C. Manning, *Hearing on pornography's impact on marriage & the family*, Subcommittee on the constitution, civil rights and property rights Committee on Judiciary United states senate, Submission for the Record: The Impact of Internet Pornography on Marriage and the Family: A Review of the Research, Washington, D.C., 2005.

[7] Family Safe Media Statistics. Qtd. at *Alabama Policy Institute*. „Internet Pornography: Facts and Figures." Web. 3 Dec. 2009. < http://www.alabamapolicyinstitute.org/issues/gti/issue.php?issueID=311&guideMainID=21>.

în vârstă de 10-17) au spus că au vizitat un site pornografic;[8]

- tot în 2001, un studiu realizat de psihologi sociali de la London School of Economics a arătat că 9 din 10 copii (cu vârsta cuprinsă între 11-16) au vizualizat pornografie pe internet;[9]
- 80% dintre tinerii între 15 şi 17 ani au vizionat de mai multe ori pornografie (hardcore);
- 89% dintre tinerii care comunică pe chat au primit invitaţii la raporturi sexuale;
- potrivit unui studiu citat în Washington Post, peste 11 milioane de adolescenţi vizualizează în mod regulat pornografia pe Internet;[10]

„Un indicator uimitor al accesibilităţi copiilor la pornografie îl reprezintă faptul că Nielsen//NetRatings deja include în statisticile lor demografice ale aşa-numitului trafic de adulţi (pornografie) copiii începând cu vârsta de doi ani."[11]

În România, conform studiului UE Kids Online II 19% dintre copii au fost expuşi la imagini online cu conţinut pornografic. Dar, ţinând cont că 85% dintre copiii români au acces la internet în propria cameră, e probabil ca ponderea copiilor şi adolescenţilor care consumă pornografie să fie cu mult mai mare. Aceasta în condiţiile în care 28%

[8] Study by Ynkelovich Partners Inc., Sept. 1999. Qtd. by *Proven Men Ministries, LTD.* <www.ProvenMen.org>. Web. 4 Dec. 2009. <http://www.provenmen.org/framework/index.php?page=need>.

[9] Sara Gaines. „Why Sex Still Leads the Net," 28 Feb. 2002. *The Guardian.* <*Guardian.co.uk*>. Web. 4 Dec. 2009. <http://www.guardian.co.uk/technology/2002/feb/28/onlinesupplement.newmedia>.

[10] BBC News. „Kids Top Searches Include 'Porn.'" 12 August 2009. Web. 3 Dec. 2009. <http://news.bbc.co.uk/2/hi/technology/8197143.stm>.

[11] Jill C. Manning, *op. cit.*

dintre copiii români au mărturisit că au fost hărțuiți sexual prin SMS şi 52% dintre copiii participanți la studiu au mărturisit că au fost agresați pe internet sau în afara lui.

Deşi copiii nu sunt pregătiți psihologic, hormonal şi organic pentru a înțelege ce înseamnă şi a trăi un act sexual, imaginile pornografice se vor înscrie în corpul amigdalian al creierului emoțional ca nişte tipare fără cuvinte. Astfel că, atunci când se vor maturiza, vor tinde să-şi însuşească acele atitudini şi comportamente sexuale care se înrudesc cu cele înscrise deja în memorie, deşi acestea sunt, cel mai probabil, deosebit de traumatizante. Aceasta dacă copiii nu ajung ei înşişi dependenți de pornografie, fixându-şi prin masturbare comportamentele deviante, predate de programul pornografic urmărit.

Nici pentru adulți lucrurile nu stau prea bine din punctul de vedere al discernământului. Aceasta pentru că mesajul pornografic are capacitatea de a ocoli neocortexul, adică gândirea, acționând direct asupra creierului emoțional. Astfel că excitația sexuală va fi stimulată înainte ca neocortexul să poată răspunde rațional, dând semnalul de retragere, de evitare a acestui inamic de ordin neuropsihologic.

Aceasta este, de altfel, principala îngrijorare a majorității cercetătorilor: pornografia subminează libertatea de conştiință, consimțământul individului prin capacitatea pe care o are de a excita cu putere şi a creşte nivelul de anxietate până la gradul la care controlul rațional al comportamentului devine foarte dificil de realizat. Omul ajunge să fie dominat de impulsurile iraționale ale inconştientului, de forța instinctului de apărare şi reproducere. De fapt, chiar acesta este mecanismul de bază pe care îl pune în mişcare pornografia: deviază energia sexuală care, po-

trivit firii, ar trebui să fie investită în relaţia afectivă cu soţul sau soţia în scopul procreării. În schimb, pornografia induce o stare euforică similară cu cea produsă de drog. Căci, într-adevăr, pornografia acţionează pe aceleaşi zone corticale ca şi cocaina şi heroina, producând dependenţă[12]. Adică, în lipsa excitaţiei sexuale produse de pornografie, sunt trăite tot mai intens stările de sevraj – depresia şi anxietatea, durerile de cap, neliniştea şi irascibilitatea. Omul se simte tot mai puţin motivat de alte comportamente decât cele care produc excitaţie sexuală, în speţă consumul de pornografie. Aşadar, prins în lanţurile dependenţei, consumatorul de pornografie este constrâns psihologic şi organic să continue consumul, chiar dacă constată că acesta i-a distrus sănătatea, familia şi viaţa.

Pornografia este însă mult mai nocivă decât drogul pentru că produce nu numai dependenţă şi dereglări organice, ci şi grave deviaţii mentale. În numai câteva săptămâni, experimentele de laborator demonstrează că, prin vizionarea de filme pornografice, se pot modifica mentalităţi, atitudini şi comportamente învăţate de-a lungul întregii vieţi. La limită, pornografia poate transforma în violator în serie sau în criminal un individ paşnic, cu nivel social şi intelectual ridicat.

Observaţiile făcute în Australia au demonstrat că legalizarea pornografiei creşte rata violurilor cu peste 250%. Şi infracţionalitatea se măreşte cu până la 500% în zonele unde se dezvoltă afaceri care implică pornografia[13].

[12] Childress, Anna Rose; Ehrman, Ronald N.; Wang, Ze; Li, Yin; Sciortino, Nathan; Hakun, Jonathan; Jens, William; Suh, Jesse; Listerud, John; Marquez, Kathleen; Franklin, Teresa; Langleben, Daniel; Detre, John şi O'Brien, Charles P., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen" Drug and Sexual Cues", *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008, p. 1506.

[13] Malamuth, N. şi Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.

De ce, în pofida daunelor uriaşe pe care le produce legiferarea pornografiei, aceasta nu este interzisă complet în multe locuri ale lumii? Pentru că forța uriaşă de persuasiune pe care o exercită mesajul erotic asupra psihicului uman creşte vânzarea oricărui produs. Erotismul este unul din cei mai buni catalizatori ai comerțului mondial. Pe de altă parte, afacerile din vânzarea de pornografie, numai cele care sunt la vedere, ajung pe plan mondial la un profit de 57 de miliarde de dolari. În America, venitul din pornografie depăşeşte veniturile din fotbalul profesionist, baseball şi baschet adunate la un loc şi este aproape de două ori mai mare decât suma veniturilor ABC, CBS şi NBC.[14]

Mai mult însă decât interesul comercial, cel mai mare aliat al propagandei pornografiei este ignorarea efectelor acesteia. Ori că suntem victimele mentalității revoluției sexuale inițiate prin studiile pedofilului Kinsey[15] în anii '40, ori pentru că mass-media ne saturează câmpul de conştiință cu un erotism obsesiv, marea parte a lumii de la omul simplul la intelectual, de la muncitor la politician ignoră pericolul pornografiei, care se anunță deja cea mai răspândită dependență şi maladie a tuturor timpurilor.

În acest context, am crezut că este mai mult decât necesară o informare ştiințifică privind subiectul. Desigur, pentru mulți dintre cei dependenți deja de pornografie studiile citate pot părea indezirabile, dar avem convingerea că mai târziu, dacă nu vor înceta să se amăgească cu surogatul de fericire pe care-l propune pornografia, ne vor da dreptate. Mai bine însă este să ne trezim la timp pentru a ne apăra sănătatea mentală şi biologică, familia

[14] Statistici pe internet privind pornografia. Recenzia filtrului internet (Internet pornography statistics. Internet filter review). Retrieved May 24, 2005, from http://internet-filterreview. toptenreviews.com/internet-pornography-statistics.html.

[15] http://www.drjudithreisman.com/archives/2010/08/sodomy_decision.html

şi fericirea. Nu este uşor de aflat în epoca noastră altceva care să conducă mai repede la degradarea fiinţei umane, la suferinţă şi durere precum pornografia. Iar dacă aceasta punctează major sfârşitul civilizaţiei umane, cartea de faţă se doreşte a fi un prim reper pe calea revenirii la normalitate.

Efectele pornografiei asupra vieții de familie

Când vizionarea pornografiei crește până la nivelul dependenței, 40% dintre „dependenții de sex" își pierd soții.[16] *În cazul tinerilor necăsătoriți, vizionarea materialelor pornografice reduce dorința de a întemeia o familie și a avea copii. Plăcerea facilă, fără investiții emoționale devine singurul scop al individului.*[17] *Vizionarea materialelor pornografice subminează relațiile dintre soț și soție, provocând multă suferință amândurora.*[18]

Pornografia schimbă dragostea în aversiune față de soț sau soție

Bărbații mărturisesc că-și iubesc mai puțin soțiile după perioade lungi de vizionare (și dorire) a femeilor reprezentate în materialele pornografice.[19] [...]

De asemenea, expunerea intensă la pornografie îi determină pe bărbați să-și considere perechea mai puțin atrăgătoare, să fie mai puțin mulțumiți cu afecțiunea,

---

[16] Mary Anne Layden, Ph.D. (Center for Cognitive Therapy, Department of Psychiatry, University of Pennsylvania), Testimony for U.S. Senate Committee on Commerce, Science and Transportation, November 18, 2004, 2.

[17] Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", 439.

[18] Ana J. Bridges, Raymond M. Bergner, and Matthew Hesson-McInnis, „Romantic Partners' Use of Pornography: Its Significance for Women," *Journal of Sex & Marital Therapy* 29 (2003): 1-14.

[19] Dolf Zillmann and Jennings Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", *Journal of Applied Social Psychology* 18 (1988): 438-53 (439-440), quoting S.E. Gutierres, D.T. Kenrick, and L. Goldberg (1983, August), *Adverse effect of popular erotica on judgments of one's mate,* Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Anaheim, CA.

înfățișarea fizică și comportamentul sexual ale acesteia.[20] Obișnuința cu stimularea sexuală intensă produsă de pornografie[21] conduce la plictis și insatisfacție sexuală în cazul femeilor și bărbaților care vizionează astfel de materiale[22]. Totodată se condiționează viziuni mai îngăduitoare asupra relațiilor sexuale extraconjugale[23] și o atitudine recreativă privind sexualitatea[24], crescând astfel probabilitatea de a căuta plăcerea sexuală în afara căsniciei.[25][...]

Expunerea prelungită la pornografie favorizează nu numai nemulțumire, ci chiar aversiune față de afecțiunea soțului.[26] Încep să-și facă apariția atitudini cinice față de dragoste, iar «plăcerile sexuale mai mari se consideră a putea fi obținute fără afecțiune față de parteneri.»[27] Aceste efecte sunt valabile atât pentru bărbații, cât și pentru femeile care au avut o expunere prelungită la pornografie[28], cu consecința că scăderea satisfacției sexuale este cauzată

---

[20] Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", 448.

[21] Dolf Zillman, Indiana University, Paper prepared for the Surgeon General's Workshop on Pornography and Public Health, Arlington VA, 1986 http://profiles.nlm.nih.gov/NN/B/C/K/V/_/nnbckv.pdf

[22] Weaver, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities", 2, 4.

[23] Ven-hwei Lo and Ran Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior", *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37 (230); Jochen Peter and Patti M. Valkenburg, „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Online Material and Recreational Attitudes toward Sex", *Journal of Communication*, 56 (2006): 639-660 (654).

[24] Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction," 450.

[25] Ven-hwei Lo and Ran Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior", *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37 (233).

[26] James B. Weaver III, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities" (Testimony presented before the Subcommittee on Science, Technology, and Space of the Senate Committee on Commerce, Science, and Transportation, Washington, DC, November 18, 2004), 4.

[27] Dolf Zillmann, „Influence of Unrestrained Access to Erotica on Adolescents' and Young Adults' Dispositions toward Sexuality", Journal of Adolescent Health 27S (2000): 41-44 (42).

[28] Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", 448.

de nemulţumirea crescută faţă de comportamentul sexual normal al soţului"[29]. Soţul sau familia în general devin principala piedică în satisfacerea obsesiilor sexuale.

> *MĂRTURIE*: „Nu mai sunt atractivă sau dorită din punct de vedere sexual pentru el. Este atras mai mult de femei care apar în filmele pe care le vede, în reviste sau pe website-uri decât de mine, şi mă simt complet incapabilă să concurez cu aceste femei."[30] (Femeie de 29 ani) ▪

Celălalt, soţul sau soţia, care nu au contact cu pornografia, sesizează la un moment dat problema şi încearcă să facă tot posibilul pentru a-şi salva căsnicia. Unele persoane ripostează, ameninţă cu divorţul, altele se luptă să-şi schimbe înfăţişarea, să se îngrijească mai mult, iar altele se resemnează, răbdând mai mult pentru copil sau pentru a salva imaginea de stabilitate a unei familii care aduce, din păcate, mai mult suferinţă şi nefericire decât sprijin şi împlinire.

Psihologic, emoţional şi neurologic, consumul de pornografie este similar înşelării soţului sau soţiei

Vizionarea de materiale pornografice, odată cu anularea sentimentului de dragoste şi a caracterului intim al vieţii sexuale, determină acordarea unei importanţe crescânde relaţiilor sexuale fără implicare emoţională.[31] Pa-

[29] Patrick F. Fagan, *The effects of pornography on individuals, marriage, family and community*, Family Research Council, Washington DC, 2001.

[30] Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

[31] Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", 448.

tologia relaţionării sexuale constă în faptul că relaţia nu se mai realizează cu o persoană, ci doar cu o imagine, cu un obiect, cu o fantasmă. Omul se închide tot mai mult în sine, pradă obsesiilor sexuale, prizonier al unor dependențe neurologice şi hormonale. În consecinţă, soţii sau soţiile fac tot mai mult experienţa unei intimităţi scăzute din partea partenerilor lor.[32]

> *MĂRTURIE*: „Pornografia îl făcea pe soţul meu să aibă tot felul de „aventuri sexuale", deşi nu s-a dus niciodată cu o altă femeie: dar acele aventuri ale minţii pe mine mă făceau să mă simt înşelată, tot atât de mult pe cât m-aş fi simţit dacă ar fi avut o aventură trupească cu cineva în mod real. (Femeie în vârstă de 39 de ani, măritată de 14 ani)"[33] ▪

În mai multe studii se constată faptul că femeile văd consumul de pornografie, în particular cybersexul, ca pe o formă de infidelitate care afectează intimitatea relaţiei dintre soţi, până la disoluţia completă a acesteia.[34]

Whitty a demonstrat că în ambele cazuri – bărbaţi şi femei – activităţile sexuale online sunt percepute ca un act de trădare care este la fel de autentic şi real ca actele offline (din viaţa obişnuită) şi că folosirea pornografiei pe Internet este semnificativ corelată cu infidelitatea emoţio-

[32] Raymond M. Bergner and Ana J. Bridges, „The Significance of Heavy Pornography Involvement for Romantic Partners: Research and Clinical Implications", *Journal of Sex & Marital Therapy* 28 (2002): 193-206 (197).

[33] Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

[34] Bridges, A. J., Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. Journal of Sex & Marital Therapy, 29, 1–14; Bergner, R. M., & Bridges, A. J. (2002). The Significance of heavy pornography involvement for romantic partners: Research and clinical implications. Journal of Sex & Marital Therapy, 28, 193–206; Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

nală.[35] *„Îmi pasă mai mult de ceea ce se întâmplă în mintea soțului meu decât orice activitate trupească!"* afirmă una dintre soțiile unui dependent de pornografie.

Femeile, în mod obișnuit, mărturisesc sentimente de trădare, pierdere, neîncredere, devastare și furie ca răspunsuri la descoperirea sau divulgarea folosirii de către partener a activităţi sexuale online.[36]

În studiul său realizat în anul 2000, Shneider constată că femeile resimt „în mod covârșitor" că aventurile online sunt la fel de dureroase[37] din punct de vedere emoțional ca cele din viața reală sau offline[38].

> ***MĂRTURIE:*** „Eu socotesc acest lucru [consumul de pornografie] un adulter. Mai mult decât atât, într-un anumit sens, cred că a avea o aventură sexuală la nivel mental este mai rău decât a avea un partener real: oricând, soțul meu poate avea «o aventură» fără să iasă din casă sau fără să vadă o altă ființă umană."[39] ■

Așadar, „înstrăinarea emoțională favorizată de pornografie și „cybersex-ul" (contactul interactiv prin computer cu un partener în vederea discuțiilor sexuale pornografice) pot să fie adesea la fel de dăunătoare relației pre-

[35] Whitty, M. T. (2003). Pushing the wrong buttons: Men's and women's attitudes toward online and offline infidelity. Cyber Psychology & Behavior, 6(6), 569–579.

[36] A. J. Bridges, Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. Journal of Sex & Marital Therapy, 29, 1–14; Bergner, R. M., & Bridges, A. J. (2002). The significance of heavy pornography involvement for romantic partners: Research and clinical implications. Journal of Sex & Marital Therapy, 28, 193–206; Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

[37] Schneider, J. P. Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, (2000), 7, 31–58.

[38] Manning, Jill C, *op. cit.*

[39] Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

cum o infidelitate din lumea reală[40] şi atât bărbatul, cât şi femeia tind să pună activitatea sexuală din mediul virtual în aceeaşi categorie cu a avea o aventură (extraconjugală).[41]

Numai o treime dintre cupluri păstrează un interes în relaţiile sexuale ale unuia cu celălalt, în vreme ce unul dintre parteneri este angajat în „cybersex".[42]

> *MĂRTURIE*: „Îmi era teamă ca nu cumva să-l pierd. Am început prin a încerca să concurez cu imaginile pornografice, prin a fi o jucărie sexuală. Apoi, după un timp, am început să simt că nu mai vreau să am relaţii sexuale cu el: simţeam că trebuia, dar nu mai puteam, îmi lipsea dorinţa. (Femeie în vârstă de 27 de ani, măritată de 3 ani)."[43] ■

Consumatorii de pornografie tind să vadă tot mai mult instituţia căsătoriei ca îngrădind sexualitatea[44]; ei cred tot mai puţin în importanţa fidelităţii conjugale[45], au tot mai multe îndoieli asupra valorii căsniciei ca instituţie socială esenţială şi, în plus, manifestă îndoieli asupra viitoarei sale viabilităţi.[46] Toate acestea scad în mod firesc pentru ei, importanţa de a avea relaţii bune de familie în propriile lor cămine.[47]

E firesc ca vizionarea de pornografie să fie resimţită ca o adevărată aventură extraconjugală. Şi chiar mai mult, căci

[40] J.P. Schneider, „Effects of Cybersex Problems on the Spouse and Family", *Sex and the Internet: A Guidebook for Clinicians*, ed. A. Cooper (New York: Brunner-Routledge, 2002: 169-86 (180).

[41] Monica Therese Whitty, „Pushing the Wrong Buttons: Men's and Women's Attitudes toward Online and Offline Infidelity", *Cyber Psychology & Behavior* 6 (2003): 569-79.

[42] Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family", 39-40.

[43] Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

[44] Zillmann, „Influence of Unrestrained Access to Erotica", 42.

[45] Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", 448.

[46] Weaver, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities", 4.

[47] Patrick F. Fagan, *op. cit.*

soțul sau soția nu au numai o singură persoană cu care își înșeală partenerul de viață, ci un întreg harem de imagini care nu pot fi concurate de nimeni în viața reală. În fața lor, femeia sau bărbatul se excită sexual și se masturbează, deci întrețin relații sexuale cu cineva care nu e prezent, cu imaginea lui sau a lor. Atunci când descoperă care e situația, soția deznădăjduiește, constatând că nu mai poate să își ajute cu nimic bărbatul stăpânit de obsesia scenelor pornografice.

> *MĂRTURIE*: „Nu mai sunt o persoană, ci un obiect sexual. Nu e, de fapt, alături de mine, nu face dragoste cu mine... Pare să se gândească la altceva sau altcineva – probabil la acele femei porno... El doar se folosește de mine ca fiind un corp cald." [48] ■

Așadar, așa-zisul cibersex produce o deviație mentală de o asemenea amplitudine încât tot mai puțin individul respectiv va mai putea avea relații sexuale normale sau un minim raport afectiv. Imaginile pornografice obsesive vor fi preferate unui om real, căci ele constituie „dragostea" de toată vremea a acelei persoane. Soțiile vor resimți tot mai puternic prezența străină a fantasmelor erotice în mintea soților lor și faptul că ele au dispărut practic din viața lor.

Expunerea prelungită la pornografie scade dorința de a mai avea copii

În urma studiilor desfășurate, Dolf Zillmann și Jennings Bryant[49] au ajuns la constatarea că expunerea la por-

[48] Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family", 39-40.
[49] "Symposium on Media Violence and Pornography" Toronto, Canada: Media Action Group, 1984; și: Testimony given to U.S. Attorney General's Commission on Pornography, Houston, Texas, septembrie 1985.

nografie reduce dorința de a avea copii, cultivând în același timp convingerea că promiscuitatea, atât la bărbați, cât și la femei, este ceva natural... Copiii devin o piedică în dobândirea plăcerii sexuale, o plăcere facilă, posibilă fără asumarea unei vieți de familie, fără griji sau alte consecințe. În cele din urmă, în această plăcere rezidă „fericirea" consumatorului de pornografie, căci o alta nu mai are relevanță pentru el, conștiința și simțurile fiindu-i saturate de euforia excitației sexuale.[50]

Infidelitate crescută

Într-un studiu realizat în 2004 la Universitatea de Stat Wayne, s-a constatat că rata infidelității conjugale crește cu 317% în cazul consumatorilor de pornografie.[51] În același studiu se demonstrează că folosirea pornografiei pe internet crește cu 370% probabilitatea apelării la „serviciile" plătite ale prostituatelor. Această strânsă legătură existentă între vizionarea de pornografie și relațiile cu prostituate[52], constatată în numeroase studii, este de așteptat, de altfel, căci fantasmele sexuale impun un comportament agresiv și pervers în fața căruia și animalele s-ar simți jignite. Pentru banii primiți, sărmanele prostituate sunt nevoite să su-

[50] Zillmann, D. & Bryant, J., "Pornography's Impact on Sexual Satisfaction." *Journal of Appl. Social Psychology*, 1988: vol. 18, no. 5, pp. 438-453; și: Zillmann, D. & Bryant, J., „Effects of Prolonged Consumption of Pornography on Family Values", *Journal of Family Issues*. (decembrie 1988): vol. 9, no. 4, pp. 518-544.

[51] Steven Stack, Ira Wasserman, and Roger Kern, „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography", *Social Science Quarterly* 85 (2004): 75-88.

[52] Ven-hwei Lo and Ran Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior", *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37 (229).

porte riscul întâlnirii cu un bărbat care le poate batjocori şi chinui până la maltratare fizică şi traume psihice.

Şi în cazul femeilor consumul de pornografie şi „cybersexul" conduc la niveluri mari de infidelitate. Spre exemplu, într-un studiu realizat în 2005, s-a constatat că femeile care se angajează în „cybersex" au cu 40% mai mulţi parteneri sexuali în afara mediului virtual decât femeile care nu consumau pornografie pe internet.[53]

În acelaşi timp, 80% dintre femeile care se angajează în activităţi sexuale online ajung să se întâlnească şi în viaţa reală cu partenerii lor din mediul virtual, în comparaţie cu proporţia mult mai mică, de 33%, pentru bărbaţi.[54] Din acest studiu s-ar putea înţelege că femeile sunt mult mai dispuse la infidelitate în cazul consumului de pornografie pe internet. Lucrurile nu stau chiar aşa. Femeile sunt mult mai atrase de camerele de chat, tocmai pentru că ele caută mai mult o relaţie romantică şi emoţională, decât pur şi simplu sex. În schimb, bărbaţii sunt atraşi de pornografie nu atât pentru nevoia de intimitate şi suport emoţional, cât pentru excitarea şi satisfacerea fantasmelor sexuale.[55] Astfel, pentru că femeile sunt mult mai prezente în camerele de chat decât bărbaţii, se prind mult mai puternic la nivel sentimental în aceste contacte virtuale, devenind mult mai uşor victime.

Dar şi în cazul bărbaţilor se constată că flirtul pe Internet în cadrul camerelor de chat creşte riscul relaţiilor sexuale cu persoana cunoscută pe net. Într-un studiu des-

[53] Kristian Daneback, Al Cooper, and Sven-Axel Mansson, „An Internet Study of Cybersex Participants,", *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 321-28 (324-25).

[54] Jennifer P. Schneider, *A Qualitative Study of Cybersex Participants: Gender Differences, Recovery Issues, and Implications for Therapists, Sexual Addiction & Compulsivity* 7 (2000): 249–78 (277).

[55] Ibidem.

făşurat în anul 2006, s-a constatat că 78% dintre bărbații intervievați declară că au avut cel puțin o experiență sexuală față către față cu o persoană pe care o întâlniseră prin intermediul chat-ului în ultimul an.[56] Deci, nevinovatele convorbiri pe chat, atunci când ajung să aibă un caracter erotic, conduc în aproximativ 80% dintre cazuri la experiențe sexuale nemijlocite de internet.

Studiile sunt mai mult decât concludente: cei care se angajează în „cybersex" vor merge cel mai probabil până la capăt pentru a avea întâlniri sexuale reale cu partenerii lor din spațiul virtual.

Traumele suferite de copiii consumatorilor de pornografie

„În timp ce relațiile conjugale pot fi considerate cele mai vulnerabile în fața expunerii activităților sexuale online, copiii şi adolescenții sunt cei mai vulnerabili la materiale sexuale explicite din următoarele motive:

- pot fi cu uşurință constrânşi să vizioneze materiale pornografice sau să le producă ei înşişi;
- au un grad limitat de control al emotivității, al conştiinței, al procesării materialelor obscene pe care le întâlnesc voluntar sau involuntar;
- pot fi victimele consumului pornografic într-o manieră în care adulții arată o rezistență mai mare;

[56] Brian Dew, Michael Brubaker, and Danica Hays, „From the Altar to the Internet: Married Men and Their Online Sexual Behavior", *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 195-207 (199).

- în urma expunerii la mesaje pornografice traumatice, li se pot dezvolta comportamente sociale şi sexuale patologice;
- îşi pot dezvolta aşteptări iluzorii în legătură cu comportamentul lor sexual prin vizualizarea pornografiei creativ-fantastice, bazate pe imaginaţie (desene, exploatarea tărâmului ireal-fantastic etc. - n.n).

De asemenea, părinţii pot dezvălui, intenţionat sau nu, copiilor lor lupta pe care o dau cu dependenţa de pornografie[57], distorsionând astfel dezvoltarea sexuală a acestora."[58]

Ce influenţă are dependenţa sexuală a părinţilor în viaţa propriilor copii?

- „scăderea atenţiei şi a timpului acordat copilului;
- copilul găseşte materialele pornografice pe care părintele le parcurge;
- îl vede pe părinte în timp ce se masturbează;
- creşte riscul separării familiale şi a divorţului;
- creşte riscul pierderii slujbei şi a constrângerilor financiare;
- devine martorul conflictelor dintre părinţi;
- este observator sau victimă a stresului legat de activitatea sexuală online."[59]

Unul dintre efectele principale pe care le constată Schneider este riscul crescut ca înşişi copiii să ajungă pradă consumului de pornografie.

---

[57] M. Deborah Corley and Jennifer P. Schneider, „Sex Addiction Disclosure to Children: The Parents' Perspective", *Sexual Addiction & Compulsivity* 10 (2003): 291-324.

[58] Manning, Jill C, *op. cit.*

[59] *Idem.*

O mamă şi-a adus fiica de 13 ani însărcinată la cabinetul meu. Fata şi prietenul ei de 14 ani au descoperit o arhivă secretă cu materiale pornografice ale tatălui ei şi au imitat actele sexuale înfăţişate în ele pe parcursul mai multor luni. Consecinţele care au decurs de aici, incluzând graviditate, avort şi depresie, au fost extrem de traumatice pentru întreaga familie, precum şi pentru ambii tineri. Mama a divorţat de soţul ei din cauza complicaţiilor apărute în legătură cu cele întâmplate.[60]

Dialogurile premature pe teme sexuale dintre părinte şi copil sunt un alt efect al comportamentului sexual nedorit, fapt ce a reieşit din cercetările efectuate de Black, Dillon, şi Carnes în locuinţele pe care le-au vizat.[61] Aceştia au observat că dialogurile pe teme sexuale au loc între părinţi şi copiii lor înainte ca aceştia să fie pregătiţi. Cei trei cercetători au examinat atitudinea adolescenţilor şi reacţiile acestora când li s-a spus că unul dintre părinţii lor se confruntă cu activitatea sexuală online.[62]

Concluzia a fost aceea că 60 din 89 de copii intervievaţi aflaseră despre problemele sexuale ale părinţilor înainte ca aceştia să le fi spus ceva. După cum a afirmat unul dintre copiii chestionaţi: „Am fost surprins să aflu că mama mea habar n-avea că eu ştiu".[63]

În studiile realizate de Black Dillon şi Carnes se constată că, la aflarea faptului că unul dintre părinţi este dependent de pornografie, tinerii au trăit sentimente de:

[60] Cline, V.B., *Pornography's Effects on Adults and Children*, Morality In Media, New York, 2001, p. 10.

[61] Black, D., Dillon, D., & Carnes, S. (2003). Disclosure to children: Hearing the child's experience. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 10, 67-78.

[62] Ibid.

[63] Ibid. p. 124.

- ruşine, stânjenire, vină, furie, irascibilitate;
- confuzie;
- s-au simţit datori din punct de vedere emoţional să-şi ajute părinţii."[64]

Pornografia conduce la separaţie şi divorţ

În mod firesc, înstrăinarea sufletească dar şi infidelitatea conduc mai devreme sau mai târziu la divorţ. Efectele pornografiei sunt cu adevărat dezastruoase pentru viaţa de familie. Dintr-un studiu realizat în anul 2006, rezultă că pentru cei care au vizionat un singur film pentru adulţi (clasificat cu XXX):

- creşte cu 25,6% probabilitatea de a divorţa;
- probabilitatea unei relaţii extraconjugale se măreşte cu până la 65%;
- au cu 8% mai puţine şanse de a avea o căsătorie „foarte fericită" (în cazul în care mai erau căsătoriţi);
- şi cu 13% mai puţine şanse de a fi „foarte fericiţi" în viaţa de zi cu zi.[65]

Într-un sondaj realizat asupra a 350 de avocaţi specializaţi în divorţuri şi legislaţie maritală, care s-au întrunit în 2002 în cadrul *Academiei Americane de Avocaţi Maritali din Chicago*, s-a constatat că:

[64] Manning, Jill C, *op. cit.*

[65] K. Doran şi J. Price, „Movies and Marriage: Do Some Films Harm Marital Happiness?", studiu în desfăşurare, 2009.

- 68% dintre cazurile de divorț au fost cauzate de faptul că unul dintre cei doi soți s-a îndrăgostit din nou prin intermediul Internetului;
- 56% dintre cazurile de divorț au implicat faptul că una dintre părți avea un interes obsesiv pentru situri pornografice;
- 47% dintre cazurile de divorț au implicat faptul că una dintre părți petrecea excesiv de mult timp la calculator;
- în 33% dintre cazurile de divorț s-a menționat timpul excesiv petrecut în camerele de chat (forumuri cunoscute pentru gradul mare de sexualizare).[66]

Fie că sunt proaspăt căsătoriți, fie că au 39 de ani de viață de familie, îndrăgostiți de puțină vreme sau cu o relație sudată prin trecerea timpului și asumarea creșterii copiilor, care au devenit la rândul lor adulți, pornografia este capabilă să producă o ruptură profundă între soți, o rană care cu greu se poate vindeca și care, în cele mai multe cazuri, sfârșește prin divorț.

Deși la început pare o simplă distracție, consumul de pornografie conduce la eșec și nefericire în viața de familie. Și cât de greu este să te vindeci de o astfel de boală! Așadar, pornografia poate face ca nimic să nu mai fie ca înainte.

[66] Dedmon, J. (November 2002). Is the Internet bad for your marriage? Online affairs, pornographic sites playing greater role in divorces. Press Release from The Dilenschneider Group, Inc.

Dependența de pornografie – dependența de sex

„Profesorul Mark Schwartz de la Institutul Masters & Johnson din St. Louis spune că «Sexul pe Internet este precum heroina, îi acaparează și pune stăpânire pe viețile lor; și este foarte dificil de tratat pentru că oamenii afectați nu vor să renunțe»"67.

Într-adevăr, deși se prezintă ca o activitate recreativă, pornografia creează dependență, în unele cazuri mult mai repede decât drogul, și cu o serie de consecințe cel puțin la fel de grave.[68] Dependența de pornografie – mai corect spus: dependența de sex – este deja una dintre cele mai răspândite în ziua de azi. În Statele Unite de trei ori mai mulți oameni sunt dependenți de pornografie decât de drog.

În America, s-au scris deja mii de articole și cărți privind dependența de sex, s-au deschis clinici și s-a dezvoltat, practic, o nouă ramură a psihoterapiei.[69] Costurile unei terapii complete urcă adesea la câteva zeci de mii de dolari, însă nu mulți scapă de acest morb, mai ales că dependența de sex, în comparație cu cea de drog, este grefată pe o nevoie reală a ființei umane, pe nevoia de afecțiune, dar și pe instinctul de reproducere. Vom reproduce în cele ce urmează un fragment din studiul dr. Viktor Cline, unul

[67] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 12.

[68] Peter D. Goldberg, Brennan D. Peterson, Karen H. Rosen, and Mary Linda Sara, „Cybersex: The Impact of a Contemporary Problem on the Practices of Marriage and Family Therapists", *Journal of Marital and Family Therapy* 34 (2008): 469-80 (475).

[69] http://www.sexaddicthelp.com/Articles/index.htm

dintre cei mai importanți cercetători ai fenomenului dependenței de pornografie din întreaga lume.

„Acolo unde pornografia a fost un factor al apariției dependenței, afirmă dr. V. Cline, indiferent de natura devierii sau a dependenței sexuale, am constatat existența unui sindrom bazat pe patru factori, ce se regăsește la aproape toți pacienții, în special în perioada în care au început să fie interesați de pornografie.

1. Dependența

În prima fază, consumatorii de pornografie sunt «captați» de materialele pornografice. Odată interesați, acești oameni simt nevoia să se întoarcă iarăși și iarăși la ele, dorind să vadă din ce în ce mai multe astfel de materiale. Acestea par să aibă un efect sexual stimulativ sau afrodisiac foarte puternic (*n.n.*: crește excitația sexuală corelată cu modificări semnificative ale activității hormonale), urmat de eliberarea sexuală, cel mai adesea prin masturbare. Pornografia le oferă o imagistică foarte excitantă și puternică, pe care aceștia și-o readuc frecvent în minte și în jurul căreia brodează, imaginar, o mulțime de scenarii.

Odată ajunși dependenți, acești oameni nu se mai pot debarasa singuri de dependența lor, în ciuda multor consecințe negative apărute în viața lor, ca divorțul, pierderea familiei și problemele de ordin penal (ca agresarea sexuală, hărțuirea sau abuzarea altor persoane de la locul de muncă).

Am constatat și faptul că mulți dintre pacienții mei cei mai inteligenți par să fie și cei mai vulnerabili la aceste lucruri – probabil pentru că au dezvoltată capacitatea

imaginativă, care crește intensitatea experienței și îi expune mai mult la condiționarea spre dependență. Deși orice bărbat este vulnerabil la astfel de lucruri, din experiența mea, avocații, contabilii și cei care lucrează în domeniul media par să fie cei mai expuși la aceste dependențe.

Sergentul Bob Navarro, un investigator cu experiență îndelungată în industria pornografică, din cadrul Departamentului de Poliție din Los Angeles, observă: «Dacă mă credeți sau nu, cu cât nivelul de educație este mai ridicat, cu atât sunt aceste persoane mai înclinate să devină dependente de aceste materiale – și, bineînțeles, cu atât mai mulți bani simt nevoia să cheltuie pe ele. Mulți oameni au mărturisit că au ajuns la un grad extrem de dependență față de aceste materiale, până într-acolo încât își irosesc întreaga lor viață cu acest lucru: stau ore întregi să se masturbeze în fața unor materiale pornografice și ajung să aibă nevoie de materiale din ce în ce mai puternice, mai explicite și mai dure, care să le ofere satisfacții și mai mari. Ca un alcoolic sau ca un dependent de droguri, aceste persoane caută acea plăcere maximă și au nevoie de mai mult, pentru a rămâne la acel nivel la care se simt OK».[70]

Unul dintre pacienții mei era atât de dependent, încât nu s-a putut abține să privească materiale pornografice timp de 90 de zile, chiar cu riscul de a plăti 1.000 de dolari. Este greu pentru persoanele care nu au această dependență să înțeleagă modul în care o astfel de persoană ajunge să fie complet dirijată de impulsurile sexuale. Atunci când sunt «loviți» de acest val, nimic nu le poate sta împotrivă pentru a obține ceea ce doresc – fie că e vorba de pornografie însoțită de masturbare, de sex cu o prostituată, de molestarea unui copil sau de violarea unei femei.

[70] The Pornography Industry Today", *The World & I*, Dec. 1992: pp. 511, 516.

Iată un exemplu care ar putea ilustra această problemă:

MĂRTURIE: Ralph era un dependent sexual, căsătorit de doisprezece ani, având trei copii. Era o persoană implicată în activitatea bisericii lui şi avea principii morale în care credea cu sinceritate. Credea în cele zece porunci şi era împotriva adulterului. Însă cercul vicios al vieţii lui includea şi folosirea pornografiei, urmată de sex plătit, cu prostituate. După fiecare incident, îl implora pe Dumnezeu să-l ierte şi jura că nu se va mai întâmpla niciodată. Însă făcea apoi acelaşi lucru, iarăşi şi iarăşi.

Având în vedere că factorul care declanşa actul de adulter era folosirea pornografiei, am decis să încercăm să-l eliberăm de dependenţa de aceste materiale. L-am rugat să-mi scrie un cec de 1.000 de dolari, spunându-i că am să-i returnez banii dacă va putea sta 90 de zile fără pornografie. Ralph ţinea mult la bani şi strategia noastră l-a tentat foarte mult. «Pentru nimic în lume nu m-aş uita la filme sau reviste deocheate, dacă aş şti că o să mă coste 1.000 de dolari!», ne-a spus el.

O perioadă a reuşit să reziste remarcabil tentaţiei. Însă, în cea de-a optzeci şi şaptea zi, mergând cu maşina, a trecut pe lângă o librărie «pentru adulţi», într-o localitate pe care nu o cunoştea, în timpul unei deplasări de serviciu. A pus frână, şi-a oprit maşina, a intrat în magazin şi practic şi-a lăsat mintea să o ia razna timp de nouăzeci de minute. Când l-am văzut săptămâna următoare, mi-a mărturisit, cu lacrimi în ochi, că şi-a pierdut cei 1.000 de dolari. Având în vedere că se ferise timp de 87 de zile, am decis să-i mai dau o şansă.

Aşa că am început încă o perioadă de 90 de zile de «sevraj». Amândoi am fost de acord că, dacă a putut sta departe de pornografie timp de 87 de zile, putea ajunge sigur şi la 90, dacă mai încercam o dată, mai ales dacă asta însemna să-şi recupereze cei 1.000 de dolari.

De data aceasta a rezistat doar paisprezece zile. Şi-a pierdut banii, care au fost daţi unei asociaţii de caritate. Era extrem de hotărât să scape de dependenţa lui, pentru a-şi salva căsnicia şi a trăi în armonie cu principiile lui religioase. Însă n-a fost aşa. După mine, chiar dacă mi-ar fi dat 10.000 de dolari, tot şi-ar fi reluat obiceiul. Atunci când sunt «loviţi de val», aceşti bărbaţi ajung să fie consumaţi de poftă, indiferent de costuri sau de consecinţe. Dependenţa lor, practic, le conduce viaţa. ∎

2. Escaladarea

Cea de-a doua fază e reprezentată de efectul de escaladare. Odată cu trecerea timpului, dependenţii simt nevoia să vadă materiale sexuale din ce în ce mai dure, mai explicite, mai deviante şi mai ciudate, pentru a-şi atinge apogeul de plăcere şi a ajunge la punctul lor de stimulare sexuală. Toate acestea îmi aminteau de persoanele suferinde de dependenţa de droguri. Cu timpul, aproape în toate cazurile apare o nevoie crescândă pentru un stimulent tot mai puternic, pentru a atinge acelaşi efect iniţial.

Dacă soţiile sau prietenele acestor bărbaţi se implicau şi ele în aceste activităţi, ulterior îşi puneau partenerii să facă activităţi sexuale din ce în ce mai bizare şi mai deviante. În multe cazuri, acest lucru ducea la o ruptură în relaţie, atunci când femeia refuza să meargă mai departe – deseori ajungându-se la conflicte, despărţire sau divorţ.

Faptul că sunt căsătoriţi sau că au o relaţie cu un partener sexual care este de acord să se implice şi el în activităţile respective nu rezolvă problema. Dependenţa lor

şi efectul de escaladare – această creştere vertiginoasă a dependenţei – este cauzată în special de imagistica sexuală puternică din mintea lor, implantată acolo în urma vizionării materialelor pornografice. Deseori, dependenţii preferă această imagistică sexuală, însoţită de masturbare, în locul actului sexual în sine. Acest lucru le diminuează aproape întotdeauna acestor persoane capacitatea de a iubi şi de a-şi exprima afecţiunea faţă de partenerul lor, în relaţiile intime. Fantezia domină totul, spre marea durere şi dezamăgire a partenerului lor. Dorinţa sexuală le este deviată suficient cât să nu mai fie interesaţi de persoana de lângă ei. Iar partenera sesizează acest lucru foarte uşor, simţindu-se deseori foarte singură şi respinsă.

Am avut o serie de pacienţi – cupluri – în care soţia îmi spunea, cu lacrimi în ochi, că soţul preferă, mai degrabă, să se masturbeze în faţa unui material pornografic decât să facă dragoste cu ea.

3. Desensibilizarea

Cea de-a treia etapă este desensibilizarea. Materiale pornografice (cărţi, reviste şi/sau filme/materiale video), care iniţial erau percepute ca şocante, ca încălcând nişte tabuuri, ilegale, respingătoare sau imorale, deşi erau în acelaşi timp excitante, au ajuns cu timpul să fie văzute ca acceptabile şi comune. Activităţile sexuale prezentate în materialele pornografice respective (indiferent de gradul lor antisocial sau deviant) căpătă aerul unor lucruri legitime. Sentimentul care predomină din ce în ce mai mult este acela că «toată lumea face asta», iar acest lucru le permite şi persoanelor în cauză să o facă, chiar dacă activita-

tea respectivă este, poate, ilegală şi opusă convingerilor lor morale anterioare şi normelor personale de conduită.

4. Trecerea la comportamentul sexual concret

Cea de-a patra fază este o tendință din ce în ce mai mare de a pune în aplicare comportamentele din materialele pornografice vizionate de consumatori în mod repetat, inclusiv promiscuitatea compulsivă[71], exhibiționismul, actul sexual în grup, voyeurismul, frecventarea saloanelor de masaj, actele sexuale cu copii minori, violul şi provocarea durerii asupra propriei persoane sau asupra partenerului în timpul actului sexual. Acest comportament se transformă adesea într-o dependență sexuală în care dependentul se trezeşte blocat într-o situație pe care nici nu o poate schimba şi din care nici nu poate ieşi, indiferent de consecințele negative din viața lui.

Multe exemple de efecte negative cauzate de folosirea pornografiei provin din activitatea privată sau din clinici a psihoterapeuților, medicilor, consilierilor şi a avocaților. În aceste domenii, ajungi față în față cu oameni care suferă mult şi se găsesc într-o situație foarte dificilă. Iată câteva exemple care ar putea fi ilustrative în acest sens.

> *MĂRTURIE*: Într-o după-amiază, acum câțiva ani, viceprimarul Los Angeles-ului, un bărbat de 46 de ani, a mers să vizioneze un film pornografic la un cinematograf din vestul oraşului. În timp ce viziona filmul, a ajuns să fie atât de excitat, încât a început să-l asalteze

[71] Un gând (o obsesie), o acțiune, o operație defensivă sau chiar o secvență complexă de comportamente sunt calificate ca fiind compulsive când nerealizarea lor este resimțită ca necesară pentru a stăvili creşterea angoasei.

sexual pe un spectator de lângă el. Persoana respectivă era un ofițer sub acoperire, de la secția de moravuri a brigăzii de poliție a orașului. Viceprimarul a fost arestat, i s-a făcut cazier și a fost găsit vinovat în procesul care i s-a intentat ulterior. Acest distins funcționar public și-a părăsit postul dezonorat și umilit, cu o carieră ruinată. ■

***

MĂRTURIE: Un bărbat de 36 de ani, căsătorit, cu studii universitare, angajat și cu o situație financiară foarte bună, era dependent de pornografie și masturbare și frecventa saloane de masaj, unde întreținea acte sexuale plătite. Avea o căsnicie excelentă și patru copii. Deși se simțea vinovat din cauza implicării lui în relații sexuale ilegale, care erau contrare valorilor lui religioase, etice și personale și care îi puteau perturba grav căsnicia dacă se afla despre ele, continua să le practice, chiar dacă, rațional vorbind, nu dorea acest lucru.

Problema lui a ieșit la iveală atunci când și-a infectat soția cu o boală venerică. Acest lucru i-a adus multe urmări grave, care i-au tulburat viața și căsnicia. ■

Consecințele cele mai frecvente: Totuși, în experiența mea clinică, principala consecință a dependenței de pornografie nu este probabilitatea sau posibilitatea de a comite un delict sexual grav (deși acest lucru se poate întâmpla – și chiar se întâmplă), ci, mai degrabă, perturbarea legăturii fragile a relațiilor familiale și maritale. Aici este zona în care apar cele mai mari dureri, rupturi și suferințe. Am constatat în repetate rânduri că pornografia intervine în iubirea și relațiile sexuale sănătoase cu parteneri pe termen lung, sau chiar le distruge. La întrebarea

dacă pornografia este responsabilă pentru – sau determină – vreun delict sexual, răspunsul este, fără echivoc, afirmativ, însă acesta este doar «vârful aisbergului».

La unii pacienți constat că dependența apare aproape imediat, în timp ce pentru alții e nevoie de până la cinci-zece ani de vizualizări neregulate pentru a fi „captați". Însă, asemenea unui cancer latent, dependența nu dispare aproape niciodată de la sine dacă nu se intervine într-un fel sau altul, prin terapie.

Dependența de pornografie duce la o depreciere a imaginii de sine și provoacă individului o capacitate redusă de a avea un scop în viața socială și profesională. Un studiu efectuat asupra dependenților de pornografie a descoperit că acestora nu le place sentimentul de «a nu deține controlul» și consumul de timp pe care l-a generat vizionarea de filme pornografice. Toți indivizii compulsivi sexual au povestit că s-au simțit nefericiți și că au fost afectați într-un aspect important al vieții lor din cauza dependenței. Aproape jumătate dintre ei au declarat că dependența de pornografie a declanșat un comportament cu rezultate negative semnificative în viața socială, un sfert mărturisind că efectele negative s-au repercutat asupra profesiei.[72] Într-un alt studiu, probabilitatea ca indivizii compulsivi sexual și dependenții de sex să declare că descoperirea materialelor online cu conținut sexual a fost cel mai îngrozitor lucru care li s-a întâmplat vreodată[73] a fost de 23 de ori mai mare decât în cazul celor fără această

[72] „Donald W. Black, Laura L.D. Kehrberg, Denise L. Flumerfelt, and Steven S. Schlosser, „Characteristics of 36 Subjects Reporting Compulsive Sexual Behavior", *American Journal of Psychiatry* 154 (1997): 243-49 (247).

[73] Al Cooper, Eric Griffin-Shelley, David L. Delmonico, and Robin M. Mathy, „Online Sexual Problems: Assessment and Predictive Variables", *Sexual Addiction & Compulsivity* 8 (2001): 267-85 (281).

problemă. Nu-i de mirare că depresiile clinice severe au fost raportate ca fiind de două ori mai frecvente în rândul utilizatorilor de pornografie de pe Internet în comparație cu non-utilizatorii[74]."[75]

[74] Michele L. Ybarra, Kimberly J. Mitchell, „Exposure to Internet Pornography among Children and Adolescents: A National Survey", *CyberPsychology & Behavior* 8 (2005): 473-86 (479).

[75] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 12.

Efectele pornografiei asupra bărbaților, femeilor, copiilor şi adolescenților

Din majoritatea studiilor de specialitate rezultă că pornografia este întotdeauna asociată cu suferința, îndeosebi cea de ordin psihic, dar şi cu boala trupească.[76]

Mai cu seamă în cazul bărbaților, pornografia creează un handicap sexual

„Bărbații mi-au spus că se trezeau pierzând ore în şir vizionând materiale pornografice la televizor şi pe DVD, dar mai ales online. Se uitau la lucruri care altă dată li s-ar fi părut îngrozitoare – bestialitate, sex în grup, acte de sadomasochism explicite, torturi genitale, pornografie infantilă. Felul în care priveau femeile în viața reală era deformat, astfel încât să se potrivească fanteziilor pornografice pe care le consumau pe ecran... Îi îngrijora felul în care se uitau la fiicele lor şi la fetele de vârsta fiicelor lor. Nu numai viața lor sexuală suferea – efectele pornografiei se propagau afectând toate aspectele existenței lor. Activitatea zilnică era întreruptă, hobby-urile distruse, viața de familie sfărâmată. Unii bărbați şi-au pierdut chiar locul de muncă, soțiile şi copiii. Sacrificiul este enorm."[77]

---

[76] Din cercetarea a peste 300 de studii, Einsiedel, Weawer şi Rusell constată că numitorul comun al efectelelor pornografiei este suferința consumatorului şi a celor din jurul său. Vezi: C. Itzin (Ed.), *Pornography: Women, violence and civil liberties.* (p. 284–310). New York, NY: Oxford University Press.

[77] P. Paul, „From Pornography to Porno to Porn: How Porn Became the Norm," in *le Social Costs of Pornography: A Collection of Papers* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010.

„Efectul paradoxal al căutării plăcerii sexuale prin intermediul pornografiei pe internet îl constituie faptul că utilizatorul cronic devine incapabil să obțină chiar satisfacția sexuală pe care o căuta. Aşa cum relata un medic specialist neuropsihiatru, unii dintre bărbații pe care i-a tratat în a doua jumătate a anilor '90 deveniseră atât de dependenți de imaginile pornografice folosite pentru a se excita, încât soțiile lor nu-i mai atrăgeau suficient pentru a întreține relații sexuale cu acestea.[78] Mai mult, cercetările sugerează că expunerea la pornografie scade satisfacția sexuală cu partenerul, atât la bărbați cât şi la femei.[79] În plus, utilizarea cronică a pornografiei este asociată cu depresia şi nefericirea: «Producătorii de pornografie promit plăcere sănătoasă şi descărcarea tensiunii sexuale, dar ceea ce oferă este adesea dependența, toleranța şi, în final, scăderea plăcerii. În mod paradoxal, pacienții bărbați cu care am lucrat simțeau acut lipsa pornografiei, deşi aceasta le repugna.[80]»"[81]

[78] N. Doidge, *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007), p. 104.

[79] Zillman şi Bryant (1988).

[80] N. Doidge, *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007), p. 104.

[81] M. Eberhadrt, A. M. Layden, *The Social Costs of Pornography A Statement of Findings and Recommendations*, Witherspoon Institute Princeton, New Jersey, 2010.

Femeile sunt primele victime

MARTURIE: „Căutam o scrisoare în computer şi deodată au apărut pe ecran imagini pornografice. Am fost foarte şocată. Femeile de pe ecran erau folosite că nişte păpuşi de cârpă. Mi-am dat deodată seama că folosirea în secret a pornografiei este motivul pentru care Brad se purta atât de defensiv, mânios şi necuviincios cu mine.

Inainte, când spunea cuvântul «pornografie» - era doar un cuvânt. Dar, văzând cu ochii mei fotografiile acelor femei... Deodată, m-am văzut aşa cum probabil mă vede şi soţul meu: un obiect, ceva ce se deţine şi se foloseşte. Stând acolo, în faţa computerului, am început să plâng..."[82] ■

„În multe cazuri, soţiile consumatorilor de pornografie dezvoltă răni psihologice adânci, raportând în mod obişnuit sentimente de trădare, pierdere, neîncredere, devastare şi mânie ca reacţii la descoperirea sau destăinuirea activităţii sexuale în mediul pornografic online a partenerului.[83] Soţiile pot să înceapă să se simtă neatrăgătoare şi pot să devină extrem de depresive când îşi dau seama că soţii lor vizionează materiale pornografice.[84] Gradul de suferinţă al soţiilor ar putea să fie atât de mare încât să necesite tratament clinic pentru traumă[85] şi nu pentru un simplu disconfort."[86]

[82] Wendy Maltz, Larry Maltz, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009

[83] Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family", 31-58.

[84] Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family", 38.

[85] Barbara A. Steffens and Robyn L. Rennie, „The Traumatic Nature of Disclosure for Wives of Sexual Addicts", *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 247–67.

[86] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 11.

MĂRTURIE: „Eu nu pot concura cu staruri porno, care acționează de parcă ceea ce îi face plăcere bărbatului le place și lor, chiar dacă bărbații vor să le sufoce. În filmele pornografice, femeile nu se plâng niciodată sau nu cer niciodată bărbatului să facă ceva diferit. Pentru ele este de ajuns să-i ofere plăcere individului respectiv.

Am încercat să-mi mulțumesc soțul, acționând ca una dintre acele fete din pornografii, dar acest lucru m-a făcut să mă simt ca o prostituată. Când m-am îmbrăcat cum ar fi vrut partenerul meu să mă îmbrac, nu mai știam pe cine iubea de fapt. Pe mine sau versiunea vie a fanteziei lui pornografice în care mă transformasem?" (mărturia lui Megan Carol, o scriitoare)[87] ■

Deși femeile sunt mai puțin atrase de pornografie decât bărbații, din păcate, și ele sunt de multe ori victimele consumului. Iată povestea Mariei, o femeie în vârstă de 43 de ani, mamă a doi copii, căruia i-a murit soțul în urma unei crize de astm:

MĂRTURIE: „Multă vreme pornografia îmi făcea silă, mă plictisea, deși mai aruncam uneori o privire pe reviste sau clipuri porno. Apoi am descoperit asocierea dintre pornografie și masturbare; era mult mai palpitant decât numai să te uiți. Și astfel am început să simt o nevoie tot mai intensă de a consuma pornografie în fiecare zi, ca și cum ar fi fost un drog.

Cum îi culcam pe copii mă așezam în fața internetului, unde petreceam o grămadă de timp. Ajunsesem la un nivel în care nici nu mai era nevoie să văd scenele, era de ajuns doar să aud sunetele respective. Mas-

[87] Wendy Maltz, Larry Maltz, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009

turbarea în fața imaginilor porno ajunsese obligatorie pentru a mă putea relaxa şi adormi.

Dacă aveam o zi proastă şi nu mă simțeam bine, mă retrăgeam în imaginația mea învârtind în cap tot felul de scenarii pornografice. Sau căutam să mă uit la ceva pornografie şi apoi să mă masturbez. Pornografia întotdeauna conduce la masturbare şi o susține."

Şapte ani din viața ei Maria s-a masturbat constant uitându-se la filme porno la televiziunea prin cablu şi pe Internet. „O făceam zilnic, uneori de câteva ori pe zi, era ca un drog. Voiam mai mult, mai mult, eram ca o posedată. De la o vreme mă simțeam ca şi cum îmi pierdusem controlul minții şi al trupului pe perioada masturbării. De câteva ori mi s-a întâmplat că doar intram pe câteva filme porno şi dintr-o dată ajungeam la orgasm pur şi simplu fără să mă ating cu mâna. Îmi pierdeam controlul, altcineva prelua controlul reacțiilor corpului meu. M-a speriat puterea pe care pornografia ajunsese să o aibă asupra mea."[88] ■

Pornografia conduce la degradarea femeilor

„Un terapeut care lucrează în mod curent cu tinere constată că, în ciuda oportunităților mai mari de care beneficiază, femeia de astăzi se trezeşte «aruncată într-o societate care pare a fi, din punct de vedere sexual, mai grosolană, mai licențioasă, mai confuză şi mai riscantă decât cea din trecut». Din cauza «orientărilor moderne în consumul şi producția de pornografie, a mass-mediei sexualizate, a crimei sexuale, a bolilor transmise pe cale sexu-

[88] Wendy Maltz, Larry Maltz, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009

ală, a prădătorilor sexuali online, a serviciilor de întâlniri (dating) pe internet şi a hărţuielii cibernetice sexualizate», femeia de astăzi trăieşte într-o «lume mai deformată sexual, mai descurajantă şi mai agresivă decât oricând înainte şi la vârste mai timpurii decât în orice altă perioadă până acum».”[89]

„Pornografia favorizează ideea că degradarea femeilor este acceptabilă. De vreme ce bărbaţii consumă pornografie mult mai frecvent decât femeile[90], expunerea la materiale sexuale sau semi-sexuale de pe Internet, din reviste sau de la televizor, este asociată cu ideea că femeile sunt obiecte sau mărfuri sexuale.[91] Astfel, bărbaţii expuşi la pornografie sunt mai înclinaţi să descrie femeile în termeni mai degrabă sexuali, decât prin alte atribute personale.”[92]

Un studiu asupra celor mai distribuite filme cu conţinut pornografic, realizat de Gloria Cowan şi colegii săi, profesori de psihologie la Universitatea de Stat California, „San Bernardino”, a evaluat anvergura şi proporţiile dominaţiei şi inegalităţii sexuale prin care femeile sunt descrise, într-o selecţie aleatorie de filme în magazinele de închiriat filme pentru familie din California. Agresiunea fizică era prezentă în 73% dintre filme, iar scenele de viol erau prezente în 51%, în care femeia juca rolul victimei de fiecare dată. Filmele descriau, de asemenea, inegalităţi de gen,

[89] Jill C. Manning, *op. cit.*

[90] Häggstrom-Nordin, Hanson, and Tydén, „Associations between Pornography Consumption and Sexual Practices among Adolescents in Sweden” (103).

[91] Peter Jochen and Patti M. Valkenburg, „Adolescents' Exposure to a Sexualized Media Environment and Their Notions of Women as Sex Objects”, *Sex Roles* 56 (2007): 381-395 (390).

[92] Deborah E.S. Frable, Anne E Johnson, and Hildy Keliman, „Seeing Masculine Men, Sexy Women, and Gender Differences: Exposure to Pornography and Cognitive Constructions of Gender”, *Journal of Personality* 65 (1997): 311-355 (333).

portretizând în mod tipic bărbații ca oameni profesionali, iar femeile ca eleve, secretare sau gospodine.[93] În cadrul scenelor sexuale, bărbatul rămânea de obicei cel puțin parțial îmbrăcat, pe când femeia era de obicei dezbrăcată.[94]

Filmele pornografice degradează de asemenea femeile prin scenele de „mit al violului acceptat", care descriu femeile ca fiind violate, dar care, în cele din urmă, găsesc plăcere în această experiență. Aceste scene favorizează convingerea că femeile „de fapt, vor" să fie violate.

Jeannette Norris, de la Universitatea din Washington, a condus un studiu în care un grup de studenți citesc două versiuni ale aceleiași povestiri care descrie o femeie ce este violată. Însă povestirea avea două finaluri diferite: la sfârșitul primei versiuni, femeia rămânea marcată de o stare de profundă suferință; în cea de-a doua, la sfârșit, femeia arăta ca și cum i-ar fi făcut plăcere. Cu toate că cele două versiuni erau identice în toate detaliile în afară de reacția femeii de la sfârșit, studenții au preferat scenariul în care femeia era descrisă ca găsind plăcere în viol.[95] Ei au perceput femeia violată ca având o «dorință» mai mare de a face sex și erau, astfel, mai dispuși să accepte ceea ce a făcut bărbatul.

Sarah Murnen de la Colegiul „Kenyon", Ohio, a descoperit că membrii fraternităților care atârnau mult mai multe imagini pornografice cu femei în camerele lor

---

[93] Gloria Cowan, Carole Lee, Daniella Levy, and Debra Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes", *Psychology of Women Quarterly* 12 (1988): 299-311 (306-307).

[94] Cowan, Lee, Levy, and Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes", 308.

[95] Jeanette Norris, „Social Influence Effects on Responses to Sexually Explicit Material Containing Violence", *The Journal of Sex Research* 28 (1991): 67-76 (70-73).

aveau atitudini favorabile față de viol în comparație cu cei care nu făceau parte din astfel de grupări.[96]

Față de bărbați, femeile tind să considere pornografia mult mai degradantă pentru femei. Când tinerii dintr-un grup de studenți au fost întrebați despre sentimentele lor față de pornografie – 72% dintre femei și numai 23% dintre bărbați au declarat că sentimentele lor sunt negative. Mai mult decât atât, la întrebarea dacă pornografia este degradantă, aproape 90% dintre tinerele femei și numai 65% dintre tinerii bărbați au fost de acord că pornografia este degradantă.[97]

După o expunere prelungită la pornografie, mai ales bărbații, dar și femeile, nu mai consideră violul ca pe o faptă penală.[98]

Fie că cred sau nu că pornografia este degradantă, femeile care vizionează pornografia se angajează în mod regulat, fără să vrea, într-o formă de autodegradare: ele dezvoltă o imagine negativă a propriului corp[99] pentru că nu se ridică la descrierile din materialele pornografice."[100]

[96] Timothy E. Bleecker and Sarah K. Murnen, „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance", *Sex Roles* 53 (2005): 487-493 (490). Timothy E. Bleecker and Sarah K. Murnen, „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance", *Sex Roles* 53 (2005): 487–493 (490).

[97] Thomas Johansson and Nils Hammaren, „Hegemonic Masculinity and Pornography: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography", *The Journal of Men's Studies* 15 (2007): 57-70 (62).

[98] Weaver, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities", 3.

[99] Sheilah Siegel, „Applying Social Comparison Theory to Women's Body Image and Self-esteem: The Effects of Pornography" (Doctoral dissertation, Pacific Graduate School of Psychology, Palo Alto, CA, 1997).

[100] Patrick F. Fagan, *op. cit.*

Copiii şi adolescenţii

„Expansiunea pornografiei în vieţile multor copii şi adolescenţi are un impact mult mai puternic decât conştientizează majoritatea adulţilor. Pornografia deformează dezvoltarea sexuală sănătoasă a tinerilor care vizionează aşa ceva; ea este folosită ca instrument al exploatării copiilor şi adolescenţilor."[101]

Părinţii nu ştiu de implicarea copiilor lor în pornografie

„Un studiu efectuat pe un eşantion de 1,300 de fete, cu vârste cuprinse între 8 şi 13 ani, a descoperit că, în cazul celor implicate în «cybersex», 95% dintre părinţi habar nu aveau de acţiunile copiilor lor." [102]

De altfel, puţini părinţi conştientizează pericolul pe care-l reprezintă expunerea propriilor copii la materialele pornografice din postere, ziare şi reviste şi, bineînţeles, de pe internet. Există tendinţa de a crede că nu ni se va întâmpla chiar nouă aşa ceva sau că suntem suficient de abili pentru a afla lucrurile importante care se întâmplă copilului nostru. Pornografia, însă, are puterea de a-i pătrunde în suflet şi de a schimba în primul rând sinceritatea lui faţă de noi. Astfel că, cel mai adesea, părinţii se trezesc mult prea târziu să afle despre dependenţa de sex

[101] M. Eberhadrt, A. M. Layden, *op.cit.*

[102] Joan D. Atwood, „Mommy's Little Angel, Daddy's Little Girl: Do You Know What Your Pre-Teens Are Doing?", *The American Journal of Family Therapy* 34 (2006): 447-67 (461).

la care a ajuns copilul lor, care petrecea atât de multe ore studiind pe calculator.

Pornografia distruge lumea copilăriei

În cadrul unui studiu finanțat de către Congresul SUA prin intermediul Centrului Național pentru Copiii Dispăruți și Exploatați *(National Center for Missing and Exploited Children)*, autorii au ajuns la concluzia că materialele sexuale explicite de pe internet sunt «foarte sâcâitoare» și pot fi întâlnite în mod cu totul întâmplător, fără niciun fel de intenție, în decursul căutării unor materiale de natură total diferită sau la deschiderea e-mail-ului.[103]

Într-un studiu mai recent al acelorași autori, 34% dintre adolescenți au declarat că au întâlnit pe internet materiale cu conținut sexual nedorit, procent care pare să fi crescut cu 9% în ultimii cinci ani.

În 2006, într-un studiu privind *Siguranța Tinerilor pe Internet (Youth Internet Safety Survey)*, realizat pe un eșantion reprezentativ de 1.500 de tineri, s-a descoperit că o persoană din șapte a primit o invitație nedorită cu conținut sexual, iar una din unsprezece a fost hărțuită online.[104] Un Raport din anul 2002 al Fundației Familiei Henry J. Kaiser a dezvăluit faptul că 70% dintre tinerii cu vârste cuprinse între 15 și 17 ani au semnalat întâlnirea acciden-

[103] K. J. Mitchell, D. Finkelhor și J. Wolak, „The Exposure of Youth to Unwanted Sexual Material on the Internet: A National Survey of Risk, Impact, and Prevention", *Youth & Society* 34, no. 3 (2003): 330–58; K. J. Mitchell, D. Finkelhor și J. Wolak, „Victimization of Youths on the Internet", în *The Victimization of Children: Emerging Issues* (Binghamton, N.Y.: Haworth Maltreatment & Trauma Press, 2003).

[104] J. Wolak, K. J. Mitchell, D. Finkelhor, „Online Victimization of Youth: Five Years Later", 2006: 7, 10, disponibil la http://www.unh.edu/ccrc/pdf/CV138.pdf.

tală a pornografiei online, 23% dintre aceştia susţinând că aceasta s-a petrecut «foarte» sau «destul» de des.[105]

În România, conform studiului UE Kids Online II, 19% dintre copii au fost expuşi la imagini online cu conţinut pornografic. Dar, ţinând cont că 85% dintre copiii români au acces la internet în propria cameră, e probabil ca ponderea copiilor şi adolescenţilor care consumă pornografie să fie cu mult mai mare. Aceasta în condiţiile în care 28% dintre copiii români au mărturisit că au fost hărţuiţi sexual prin SMS şi 52% dintre copiii participanţi la studiu au mărturisit că au fost agresaţi pe internet sau în afara lui.

„Tinerii sunt luaţi prin surprindere, înşelaţi să acceseze site-urile pentru adulţi prin folosirea unor cuvinte scrise greşit ori a creării unor pagini pornografice[106] de întâmpinare, care, accesate din greşeală, fac imposibilă sau foarte dificilă închiderea ferestrei respective. Această metodă este denumită «prinderea şoarecelui». De fapt, Mitchel, Finkelhor şi Wolak au descoperit că 26% dintre tineri afirmă că au dat peste alte site-uri pornografice încercând să iasă de pe altele de acest fel.[107]

În concordanţă cu datele furnizate de Nielsen/ Net Ratings[108], în decursul lunii aprilie 2005, numai în Statele Unite, 4,803 milioane adolescenţi cu vârste între 2 şi 17 au accesat site-uri pentru adulţi. Acest grup reprezintă 13,97% dintre toţi consumatorii pornografiei online.

[105] The Henry J. Kaiser Family Foundation Report, 2002.

[106] Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). The exposure of youth to unwanted sexual material on the Internet: A national survey of risk, impact, and prevention. Youth & Society, 34(3), 330-358.

[107] Ibid.

[108] Nielsen//NetRatings, April 2005. Retrieved directly from Nielsen//NetRatings May 25, 2005.

Reacții negative la adresa pornografiei

Von Feilitzen și Carlsson au constatat că tinerii au tendința să fie foarte supărați și chiar stânjeniți de pornografia online.[109] La această concluzie s-a ajuns și în urma altor studii. Spre exemplu, 23 de procente dintre tineri au fost extrem de tulburați în urma expunerii la materiale erotice[110], iar într-o cercetare desfășurată în Canada, s-a constatat că unul din cinci copii găsesc indezirabile materialele sexuale online.[111]

Într-un sondaj australian, tinerii cu vârste cuprinse între 11 și 17 ani s-au folosit de cuvintele «scârbă», «bleah», «dezgustător», «respingător» și «supărat» încercând să-și exprime sentimentele pe care le-au avut la impactul cu imaginile pornografice online[112].

Mai mult, la un sondaj din anul 2000 realizat de Kids.net, s-a descoperit că până la 25% dintre cei cu vârste cuprinse între 7 și 16 ani au fost deranjați de materialele online. Dintre aceștia, doar câțiva au informat pe un adult în privința acestui lucru[113]. Cercetările făcute de Mitchell,

[109] Von Feilitzen, C., & Carlsson, U. (2000). *Children in the new media landscape: Games, pornography, perceptions*. Goteburg: UNESCO/Nordicom.

[110] Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). Victimization of youths on the Internet. In J. L. Mullings, J. W. Marquart, & D. J. Hartley (Eds.), *The victimization of children: Emerging issues*. Binghamton, NY: Haworth Maltreatment & Trauma Press.

[111] Media Awareness. (2000). *Canada's children in a wired world: The parent's view.* A survey of Internet use in Canadian families, *Media Awareness*, 20(2), 17–18. In S. Livingstone (2003), Children's use of the Internet: Reflections on the emerging research agenda. *New Media & Society*, 5(2), 147–166.

[112] Flood, M., & Hamilton, C. (2003). Youth and pornography in Australia: Evidence on the extent of exposure and likely effects. The Australia Institute, Discussion Paper Number 52, ISSN 1322-5421.

[113] Wigley, K. & Clarke, B. (2000). Kids.net. London: National Opinion Poll. Retrieved January 2003 from http://www.nop.co.uk . In S. Livingstone (2003), Children's use of the Internet: Reflections on the emerging research agenda. *New Media & Society*, 5(2), 147–166.

Finkelhor şi Wolak (2003) au descoperit că 49% dintre tineri nu au spus nimănui despre solicitările sexuale online. Chiar dacă acestea aveau un caracter agresiv, 36% dintre tineri nu au vorbit cu nimeni[114]. Ceea ce sugerează că numărul acestor tineri care dau peste materiale ofensatoare poate fi subestimat dacă părinţii nu sunt conştienţi de frecvenţa cu care aceste materiale apar şi dacă părinţii sunt dintre cei îngăduitori."[115]

„Mai mult decât atât, asemenea cifre nu iau nici măcar în considerare cât de des vin tinerii în contact cu materialele pornografice prin intermediul altor mijloace de comunicare decât internetul. Jocurile video, reclamele, programele TV şi momentele muzicale sunt adesea împletite cu pornografie şi elemente cu tentă pornografică, acestea din urmă fiind, de asemenea, omniprezente în videoclipurile muzicale.[116] La acestea se adaugă şi aşa-numitul „sexting", fenomen în creştere, ce constă în trimiterea imaginilor pornografice prin intermediul mesajelor text, ceea ce ridică probleme de ordin legal sau non-legal fără precedent la nivel naţional. Efectul combinat al acestor imagini şi elemente tot mai răspândite este că un număr tot mai mare de tineri experimentează pornografia prin diverse mijloace de comunicare, consecinţele fiind la fel de variate."

---

[114] Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). Victimization of youths on the Internet. In J. L. Mullings, J. W. Marquart, & D. J. Hartley (Eds.), *The victimization of children: Emerging issues*. Binghamton, NY: Haworth Maltreatment & Trauma Press.

[115] Jill C. Manning, *op. cit.*

[116] Vezi, spre exemplu, Levin, D. şi Kilbourne, J., *So Sexy So Soon: The New Sexualized Childhood and What Parents Can Do to Protect their Kids*, New York: Ballantine Books, 2008, pp. 142–47; Moore, M., „Rapelay Virtual Rape Game Banned By Amazon", *The Telegraph* din 13 februarie, 2009, document disponibil la adresa: http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/technology/4611161/Rapelay-virtual-rapegame-banned-by-Amazon.html; Edlund, M., „MUSIC: Hip-Hop's Crossover to the Adult Aisle", *The New York Times* din 7 martie, 2004.

Cercetările în curs coroborează temerile şi experienţele îngrijitorilor de copii de pretutindeni: pornografia a otrăvit copilăria modernă. Unii părinţi duc grija activităţilor desfăşurate de către copiii lor pe internet în timpul utilizării acestuia pentru rezolvarea temelor. Alţii se întreabă ce urmăresc pe internet colegii fiicelor lor. Unii adulţi sunt martori direcţi ai pătrunderii pornografiei în vieţile copiilor pe care îi iubesc, surprinzându-i manifestând un comportament desprins din filmele porno sau consultând materiale pornografice la bibliotecile locale. În cadrul buletinelor de ştiri, sunt relatate adesea cazuri de «arestări pentru deţinere şi popularizare de pornografie infantilă şi incidente şcolare în care sunt implicaţi profesori surprinşi accesând materiale pornografice de la computerele şcolii, în timpul orelor de curs.»" [117]

Până şi copiii pot deveni dependenţi de pornografie

„Directorul clinicii „Masters & Johnson" mărturiseşte că a întâlnit băieţi cu vârsta de 14-15 ani dependenţi de pornografie: «Este îngrozitor să vezi ce efect are asupra acestora; atât de tânăr, să ai o astfel de problemă sexuală!» Unul dintre psihologii care conduc Centrul „Coche" din Philadelphia redă cazul unei fetiţe în vârstă de 11 ani, care a fost surprinsă creându-şi propriul site pornografic, explicând că prietenii ei găsesc pornografia ca fiind ceva «cool». Psihologul de la „Coche" mai spune că tratamentul împotriva dependenţei de pornografie se aplică mai

[117] M. Eberhadrt, A. M. Layden, *op.cit.*

des în cazul băieţilor, inclusiv al pre-adolescenţilor, adăugând: «Înainte de existenţa internetului, nu m-am confruntat niciodată cu aşa ceva.»"[118]

„Într-un studiu realizat în 1986 s-a constatat că 91% dintre băieţi şi 82% dintre fetele chestionate au recunoscut că fuseseră expuşi la materiale pornografice hardcore (dure). Două treimi dintre băieţi şi 40% dintre fete au raportat dorinţa de a încerca unele dintre comportamentele sexuale la care au fost martori (prin pornografie).

Iar dintre elevii de liceu mai mari, 31% dintre băieţi şi 18% dintre fete au recunoscut că au pus în practică în mod real unele dintre aspectele sexuale văzute în materialele pornografice, la distanţă de câteva zile de la expunere. Aceasta sugerează în mod clar efectul de modelare sau efectul de imitare prin învăţare precum şi efectul de stimulare pe care chiar şi pornografia non-violentă o are asupra comportamentului sexual uman la unele persoane.

MĂRTURIE: „Părinţii unui băiat de 14 ani şi-au adus copilul la cabinetul meu când au descoperit că îşi molesta sexual sora. În urma unei investigaţii, am descoperit că în casă există televiziune prin cablu, iar noaptea târziu, pe unul dintre canale, erau difuzate imagini sexuale foarte detaliate, dure şi violente. Băiatul se trezea la două dimineaţa, cobora la parter şi urmărea aceste filme noapte de noapte. Ele au devenit manualul de antrenament sau «educaţia sexuală» care l-au împins să-şi agreseze sexual sora."[119] ■

---

[118] *Ibid.*

[119] V.B. Cline, *Pornography's Effects on Adults and Children*, Morality In Media, New York, 2001, p. 10.

Efectele pornografiei asupra comunităţilor de tineri

MĂRTURIE: „Am început să consum pornografie de la vârsta de 14 ani, mai mult din curiozitate. Mă furişam în camera tatălui meu şi mă uitam la revistele interzise. Cu cât mă uităm mai mult, cu atât voiam mai mult. Ca adolescent, am furat literatură pornografică din librării pentru adulţi în care nici măcar nu aveam vârsta legală pentru a intra.

Ca adult, închiriam filme porno. Aveam nevoie de material din ce în ce mai incitant pentru a-mi satisface plăcerile. La un moment dat, m-am îndreptat spre pornografia „pe viu", alimentându-mi dependenţa în cluburi de striptis şi cu spectacole erotice. Un lucru care începuse întâmplător s-a transformat într-o obsesie. Nu mă puteam detaşa. Cu cât consumam mai multă pornografie cu atât mai mult căutam materiale mai dure. Îmi spuneam mereu că trebuie să mă opresc. Mă simţeam atât de vinovat, după, şi îmi juram de fiecare dată că este ultima oară. Dar continuam să fac aceleaşi lucruri. Acesta era secretul meu cel mai întunecat, pentru că oricine ar fi aflat ce făceam m-ar fi respins cu siguranţă.

La vârsta de douăzeci de ani cheltuiam între 300 şi 400 de dolari pe săptămână pe dependenţa mea. Am început să mă duc la prostituate pentru că soţia mea nu practica scenele pe care le văzusem în filmele porno – fantezii explicite, violente. Relaţiile mele familiale au început să se deterioreze. Mergeam la prostituate în timpul pauzei de prânz şi, uneori, din nou, în drum

spre casă, după terminarea serviciului. Şi cariera avea de suferit.

La 26 de ani, toată ruşinea, furia şi agresivitatea din mine a crescut atât de mult încât am cedat. Am văzut o femeie singură, noaptea; o femeie care era întruchiparea tuturor fanteziilor mele. Am urmărit-o până la maşină, m-am năpustit înăuntru şi am încercat să o violez. A scăpat şi a făcut plângere.

Asta s-a întâmplat acum 20 de ani. A fost un drum lung şi dureros pe calea vindecării. Consilierea intensivă, individuală, de grup şi de familie m-au ajutat să-mi depăşesc dependenţa, să mă iert şi să respect femeile. Dacă eu am reuşit să fac asta, oricine o poate face."[120] ■

Pornografia constituie poate cea mai mare problemă pentru viitorul copiilor şi adolescenţilor de astăzi nu numai pentru că îl asediază direct pe copil sau adolescent, ci şi pentru că le impune să trăiască într-un mediu extrem de vicios. Mulţi, tot mai mulţi dintre colegii sau prietenii lor consumând pornografie, aceasta devine un reper central al socializării copiilor şi tinerilor zilelor noastre. De pildă, „în cadrul unui studiu realizat în anul 2004 de către Universitatea Columbia, s-a constatat că 11.5 milioane de adolescenţi (45%) au prieteni care vizualizează şi descarcă în mod regulat materiale pornografice de pe internet.[121]

De asemenea, preponderenţa adolescenţilor ai căror prieteni vizualizează pornografie pe internet creşte odată cu vârsta. Băieţii prezintă o probabilitate mult mai

[120] V. Cline, ***Compulsive Sexual Behavior and Sex Addiction: Too much of a good thing?*** National Coalition for the Protection of Children & Families, Cincinnati, Ohio, SUA, 1999.

[121] „National Survey of American Attitudes on Substance Abuse IX: Teen Dating Practices and Sexual Activity", Centrul Naţional pentru Dependenţă şi Abuzul de Substanţe de la Universitatea Columbia, p. 6, citat în C. C. Radsch, „Teenagers' Sexual Activity Is Tied to Drugs and Drink", *New York Times* din 20 august, 2004, p. A14.

mare decât fetele de a avea prieteni consumatori de pornografie virtuală. Într-un alt studiu[122], 65% dintre băieţii în vârstă de 16 şi 17 ani au declarat că aveau prieteni care accesau şi descărcau în mod regulat materiale pornografice de pe internet."[123] În acest context, pornografia ajunge să definească normele comportamentale ale tinerilor, împingând, în consecinţă, la înşelăciune, agresiune şi abuz.

Există numeroase dovezi ale utilizării pornografiei de către copii şi adolescenţi pentru a-şi impune unul altuia un comportament sexual, în timp ce adulţii educă şi constrâng copiii prin aceleaşi mijloace. Un terapeut declara: „De asemenea, sunt martor cum tot mai multe adolescente tolerează abuzul emoţional, fizic şi sexual în relaţiile lor, simţind o presiune pentru a se integra în grupuri de fete alături de care să vizioneze şi să producă materiale pornografice, ca o metodă de a atrage atenţia băieţilor asupra lor, astfel fiind considerate de prietenii lor «lipsite de prejudecăţi» şi «cool». Totodată, ele tind să accepte ca normal abuzul sexual la care sunt supuse pentru motivul că văd acte similare în pornografie."[124] Într-adevăr, dintr-un studiu recent, reiese că adolescentele care declară că au avut contact cu pornografia întrunesc mai multe condiţii pentru a raporta că au fost victime ale violenţei pasive, fiind supuse hărţuirii sexuale sau relaţiilor sexuale forţate de către prieteni sau cunoştinţe de sex masculin.[125]

[122] „National Survey of American Attitudes on Substance Abuse IX: Teen Dating Practices and Sexual Activity", p. 23.

[123] M. Eberhadrt, A. M. Layden, *op.cit.*

[124] Jill C. Manning, *op. cit.*.

[125] Bonino, S.; Ciairano, S.; Rabaglietti, E. şi Cattelino, E., „Use of Pornography and Self-Reported Engagement in Sexual Violence Among Adolescents", *European Journal of Developmental Psychology*, No. 3, 2006, pp. 265–88.

Copiii traumatizați de pornografie devin ei înșiși agresori

Prin pornografie, copiilor li se oferă un model extrem de nociv. „Pornografia nu dezvăluie modul în care un cuplu adevărat negociază un conflict sau își făurește intimitatea. Majoritatea psihologilor pediatri își exprimă îngrijorarea în legătură cu faptul că pornografia prin internet – din care o bună parte este «similară unui viol» – este «o metodă brutală de introducere în sexualitate.»"[126]

Într-un studiu realizat pe un eșantion reprezentativ de 804 adolescenți italieni, se pune în evidență faptul că, în cazul băieților care au avut contact cu pornografia, există o probabilitate mult mai mare să declare că „și-au hărțuit sexual un coleg sau că au forțat pe cineva să întrețină relații sexuale."[127]

MĂRTURIE: „Din practica mea privată: doi frați, cu vârstele de 9 și 10 ani, au dat din întâmplare peste casetele video cu conținut pornografic ale părinților lor și le-au vizionat timp de mai multe luni, în timp ce tatăl și mama lor erau la serviciu. Mai târziu, au forțat două verișoare mai mici, precum și un băiat din vecini să vadă casetele, apoi i-au dezbrăcat pe toți trei și le-au introdus forțat în rect gunoaie, bețe și pietre mici, apoi i-au forțat să facă sex oral și anal, amenințându-i că îi vor împușca cu un pistol cu aer comprimat dacă vor spune cuiva. Acest abuz a continuat aproape un an până să fie descoperit, când unul dintre copiii abuzați nu a mai putut suporta și a găsit curajul să vorbească."[128] ■

[126] M. Eberhadrt, A. M. Layden, *op.cit.*.
[127] Bonino, S. et. al., *op. cit.*, 2006.
[128] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 10.

Într-un studiu efectuat pe 101 copii cu un comportament sexual abuziv din Australia, s-a dovedit o agresivitate sporită în cazul băieților care au avut contact cu pornografia. Un sfert dintre participanți au declarat că fie un frate sau o soră mai mare, fie un prieten le-au arătat cum să acceseze aceste materiale; un alt sfert a declarat că accesarea siturilor cu conținut pornografic a fost motivul principal pentru care au intrat pe internet. Aceste studii îndreaptă atenția spre o realitate mai îngrijorătoare legată de accesul actual al copiilor la internet, inclusiv la pornografia prin internet: majoritatea părinților nu știu ce fac copiii lor. Aproape toți acești părinți au declarat separat că s-au îndoit că fiii și fiicele lor vor accesa materiale pornografice pe internet.[129]

De asemenea, un studiu axat pe abuzatorii sexuali tineri a demonstrat că majoritatea covârșitoare a acestora au fost expuși la pornografie în vremea copilăriei; mai exact, 29 din 30 de abuzatori sexuali tineri au vizionat reviste și filme porno, iar vârsta medie la care au avut primul contact cu acestea a fost de circa 7 ani și jumătate.[130]

Cum își racolează pornografia adepții

„Deși majoritatea părinților din Statele Unite (78%) își fac griji deoarece copiii lor ajunși la vârsta adolescenței accesează situri pornografice, nu toți adolescenții aderă imediat la această cultură sexualizată. La început, majori-

[129] Goodenough, P., „Online Porn Driving Sexually Aggressive Children", *CNS-News.com* din 26 noiembrie, 2003.

[130] Wieckowski, E., Hartsoe, P., Mayer, A. și Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns", *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment* 10, No. 4, 1998, pp. 293–304.

tatea nu se simt în largul lor la vederea unei imagini pornografice: au tendința de a se simți deranjați ori de a se rușina[131], reacțiile variind de la teamă la rușine, de la furie la fascinație.[132] În cadrul unei anchete, aproximativ un sfert dintre subiecți s-au arătat „foarte" deranjați la expunerea unor materiale pornografice[133], însă au tendința de a nu raporta această întâmplare.[134]

De multe ori, adolescenții se întâlnesc accidental cu pornografia pe Internet. Cercetările efectuate în cadrul unui studiu au descoperit că 70% din tineretul cu vârsta cuprinsă între 15 și 17 ani a dat din greșeală peste pornografia online[135]. Un studiu întreprins pe un număr de 1.501 tineri, cu vârste cuprinse între 10 și 17 ani, a analizat mai în detaliu incidentele de expunere nedorită: în 26% dintre cazuri, respondenții au declarat că, atunci când au încercat să iasă de pe un site nedorit, au fost transferați pe un site adițional[136], cu un conținut sexual identic. Același studiu a arătat că, din numărul total de incidente cu expune-

[131] Feilitzen, C. Von și Carlsson, U., *Children in the New Media Landscape: Games, Pornography, Perceptions*, Goteburg: UNESCO/Nordicom, 2000.

[132] Cantor, J., Mares, M.L. și Hyde, J.S., „Autobiographical memories of exposure to sexual media content", *Media Psychology*, No. 5, 2003, pp. 1-31: „Reacțiile emoționale cele mai obișnuite la materialele sexuale explicite (nu neaparat online) erau dezgustul (24.5%), șocul sau surpriza (23.6%), jena (21.4%), interesul sau curiozitatea (20.9%), furia (18.4), amuzamentul (15.3%), frica (11.2%) și tristețea (9.2%)".

[133] Mitchell, Kimberly J., Finkelhor, David și Wolak, Janis, „Victimization of Youths on the Internet", *Journal of Aggression, Maltreatment, & Trauma*, No. 8, 2003, pp. 1-39 (9).

[134] Wigley, K. și Clarke, B., *National Opinion Poll's Kids.net (2000)*, disponibil la adresa: http://www.nop.co.uk, accesat în ianuarie 2003), în S. Livingstone, „Children's Use of the Internet: Reflections on the Emerging Research Agenda", *New Media & Society*, No. 5, 2003, pp. 147-66 (156).

[135] *Henry J. Kaiser Family Foundation Report (2002)*, disponibil la adresa: http://www.kff.org/entmedia/loader.cfm?url=/commonspot/security/getfile.cfm& PageID=14095, accesa în 19 octombrie 2009.

[136] Mitchell, K.J.; Finkelhor, D. și Wolak, J., „Victimization of Youths on the Internet", 2003, p. 18.

re nedorită la pornografie, în 44% dintre cazuri tinerii nu au făcut cunoscut evenimentul nimănui.[137]

Cu toate acestea, reacțiile inițiale de dezgust se disipează rapid, astfel încât adolescenții mai în vârstă au tendința să folosească materialele cu un conținut sexual explicit de pe Internet mult mai des decât adolescenții mai tineri[138] și sunt de două ori mai predispuși ca aceștia din urmă să povestească anturajului despre consumul intenționat de pornografie.[139] Expunerea repetată la pornografie îndepărtează în cele din urmă sentimentele de jenă și dezgust.[140]

Există o serie de factori care deconspiră consumul de pornografie în rândul adolescenților. Aceia dintre ei care vizualizează materiale pornografice mai des au tendința de a deveni persoane în căutare de senzații tari, sunt mai puțin mulțumiți de viața pe care o au, dețin conexiune rapidă la Internet și au prieteni care sunt mai tineri ca ei.[141] Există un risc mult mai mare pentru adolescenții cu abilități sporite de folosire a calculatorului să caute intenționat material cu un conținut sexual. Cu cât petrec mai mult timp în fața calculatorului, cu atât sunt mai predispuși să caute material cu un conținut sexual explicit.[142] Deloc surprinzător – ținând cont de tot ceea ce s-a discutat până acum –, cei care se masturbează în timp ce privesc

---

[137] *Ibidem*, p. 19.

[138] Peter, Jochen și Valkenburg, Patt M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Material on the Internet", *Communication Research*, No. 33, 2006, p. 591.

[139] M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

[140] Weaver, J.B., „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities", 2004, p. 2.

[141] Peter, J. și Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Material on the Internet", 2006, pp. 178-204 (196, 200).

[142] Nosko, Amanda; Wood, Eileen și Desmarais, Serge, „Unsolicited Online Sexual Material: What Affects Our Attitudes and Likelihood to Search for More?", *The Canadian Journal of Human Sexuality*, No. 16, 2007, pp. 1-10 (6-7).

scene de sex explicit apreciază mult mai mult respectivul material decât cei care nu se masturbează.[143]

Există o diferență între motivele băieților și cele ale fetelor care caută situri pornografice, diferențe care fac o paralelă între tipologiile diferite de bărbați și femei adulte ce consumă pornografie. Inițial, băieții au tendința să caute pornografie deoarece sunt curioși ori doresc o excitare sexuală, în timp ce fetele au inițial tendința de a accesa situri non-pornografice, dar cu un conținut sexual, pentru a se informa pe probleme de sănătate sexuală sau de cuplu.[144] De asemenea, impactul este diferit în cazul băieților și al fetelor: partea masculină are amintiri mult mai «plăcute» decât partea feminină[145] despre scenele de sex explicit și are o predispoziție mult mai mare către explorarea sexuală[146] în afara unei relații stabile pe măsură ce consumul de pornografie se intensifică."[147] În acest sens, la adolescenții care vizionează scene cu un conținut sexual se observă o creștere cu 50% a probabilității de a iniția un raport sexual[148].

143 Boies, S.C., „University Students' Uses of and Reactions to Online Sexual Information and Entertainment", p. 86.

144 Cameron, Kenzie A.; Salazar, Laura F.; Bernhardt, Jay M.; Burgess-Whitman, Nan; Wingood, Gina M. și DiClemente, Ralph J., „Adolescents' Experience with Sex on the Web: Results from Online Focus Groups", *Journal of Adolescence*, No. 28, 2005, pp. 535-40.

145 Greenfield, Patricia M., „Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications for Peer-to-Peer File Sharing Networks for Child Development and Families", *Applied Developmental Psychology*, No. 25, 2004, pp. 741-50 (744-5).

146 Peter, J. și Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Internet Material, Sexual Uncertainty, and Attitudes toward Uncommitted Sexual Exploration: Is There a Link?" *Communication Research*, No. 35, 2008, pp. 579-601 (595).

147 Patrick F. Fagan, *op. cit.*

148 Collins, Rebecca L.; Elliott, Marc N.; Berry, Sandra H.; Kanouse, David E.; Kunkel, Dale; Hunter, Sarah B. și Miu, Angela, „Watching Sex on Television Predicts Adolescent Initiation of Sexual Behavior", versiune electronică, *Pediatrics*, No. 114, 2004, pp. e280-9 (e284-5).

Cum modelează pornografia comportamentul sexual, precum şi viitorul conjugal şi familial al tinerilor[149]

- tempereazǎ reacţiile de respingere a materialului care mai înainte fusese perceput ca ofensator;
- măreşte toleranţa faţă de materialele sexuale explicite, urmarea fiind cererea crescută de materiale noi sau bizare pentru a atinge acelaşi nivel de excitaţie sexuală sau de interes, percepţii greşite la nivelul populaţiei cu privire la activitatea sexuală exagerată şi prevalenţa unor practici sexuale mai puţin comune, cum ar fi sexul în grup, bestialitatea şi activitatea sadomasochistă;
- dă senzaţia că toată lumea este preocupată până la obsesie de actele sexuale;
- conduce la supraestimarea predominării practicilor sexuale mai puţin obişnuite (Ex: sexul în grup, violenţa, sadomasochismul);
- scade încrederea în partenerul intim;
- dezvoltă un sentiment cinic legat de dragoste;
- cultivă credinţa că o satisfacere sexuală superioară este posibilă fără afecţiunea unuia pentru celălalt;
- întăreşte convingerea că mariajul inhibă sexualitatea;
- sporeşte credinţa că a avea o familie şi a creşte copii este un ideal neatractiv;

---

[149] Zillman, D., „Influence of unrestrained access to erotica on adolescents' and young adults' dispositions toward sexuality", *Journal of Adolescent Health*, No. 27, 2000, pp. 41-44.

- dezvoltă o imagine negativă privind propriul trup (complex ce apare în special la femei) şi acceptarea promiscuităţii ca pe o relaţionare normală.[150]

Robert E. Freeman-Longo, cunoscut expert în evaluarea, prevenirea şi remedierea abuzului sexual, mai adaugă la această listă şi:

- un risc crescut pentru dezvoltarea sau acceptarea constrângerii sexuale;
- un risc crescut pentru dezvoltarea dependenţei sexuale;
- un risc crescut pentru expunerea la informaţii incorecte despre comportamentul sexual omenesc (Ex.: bestialitate sau pedofilie).[151]

Efectul asupra comportamentului sexual

„În comparaţie cu generaţiile trecute, tinerii zilelor noastre ajung la pubertate mai devreme, se angajează în relaţii sexuale timpuriu, dar se căsătoresc mult mai târziu".[152]

În anul 2005, un grup de cercetători suedezi a examinat legătura dintre consumul de pornografie şi practicile sexuale în 718 facultăţi, printre studenţii din 47 de grupe diferite.[153] Au fost constatate următoarele:

[150] Siegel, S., *Applying social comparison theory to women's body image and self-esteem: The effects of pornography*: Disertaţie susţinută la Universitatea Pacific, Palo Alto, CA.

[151] Freeman-Longo, R. E., „Children, teens, and sex on the Internet", *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 7, 2000, pp. 75–90.

[152] Longo, R. E.; Brown, S. M. & Price Orcutt, D., „Effects of Internet sexuality on children and adolescents", în A. Cooper (Ed.), *Sex and the Internet: A guidebook for clinicians*, New York: Brunner-Routledge, 2002, pp. 87–105.

[153] Häggstrom-Nordin, E.; Hanson, U. & Tyden, T., „Associations between pornography consumption and sexual practices among adolescents in Sweden", *International Journal of STD & AIDS*, No. 16(2), 2005, pp. 102–107.

- internetul şi televiziunea sunt mijloacele cele mai obişnuite pentru consumul de pornografie;
- 83% dintre tineri vizionează pornografie acasă;
- 71% cred că pornografia influenţează comportamentul sexual al celorlalţi;
- 29% au afirmat că pornografia a avut o influenţă asupra propriului comportament sexual, dar într-un sondaj suedez precedent din 2004, 53% dintre tineri afirmaseră că pornografia le-a influenţat comportamentul sexual, prin faptul că i-a "inspirat"[154];
- „consumatorii mari de pornografie" şi bărbaţii cu o vârstă fragedă pentru relaţionarea sexuală (15 ani) sunt mult mai dispuşi să se angajeze în activităţi sexuale precum sexul oral, sexul în grup şi sexul anal decât consumatorii ocazionali de pornografie şi femeile;
- practicarea sexului anal cu o amică (o persoană faţă de care nu simţea dragoste) este un fenomen corelat în mod semnificativ cu consumul de pornografie"[155];
- „Consumul de pornografie la băieţi este legat de o creştere semnificativă a raporturilor sexuale cu partenere de ocazie[156], fiind cel mai probabil un corelat al aşa-zisei culturi a «agăţatului»"[157];

[154] Tyden, T. & Rogala, C., „Sexual behavior among young men in Sweden and the impact of pornography", *International Journal of STD & AIDS*, No. 15(9), 2004, pp. 590–593.

[155] Jill C. Manning, *op. cit.*

[156] Häggstrom-Nordin, E.; Hanson, U. & Tyden, T., „Associations between pornography consumption and sexual practices among adolescents in Sweden", 2005, pp. 102-7 (104-5).

[157] Patrick F. Fagan, *op. cit.*

- Într-un studiu asupra adolescenților, Dolf Zillman de la Universitatea din Alabama arată că consumul regulat de pornografie conduce în mod frecvent la infidelitate față de prietene sau prieteni.[158]

„Vizionarea de pornografie printre adolescenți îi dezorientează pe aceştia în cursul acelei faze de dezvoltare în care trebuie să învețe cum să facă față propriei sexualități şi în care prezintă cea mai mare vulnerabilitate față de nesiguranța privitoare la concepțiile lor asupra sexualității şi la valorile morale.[159] Un studiu realizat asupra a 2.343 de adolescenți a descoperit că materialele de pe Internet cu subiect explicit sexual le creşteau acestora în mod semnificativ incertitudinile asupra sexualității.[160] Studiul a mai arătat că[161] expunerea crescută la materiale online explicit sexuale înmulțea atitudinile favorabile față de experimentarea sexuală cu parteneri în afara căsniciei şi scădea angajamentul unuia dintre soți față de celălalt."[162]

În prima fază, pornografia generează sentimente de ruşine[163], care sunt înlocuite mai târziu de o scădere a autorespectului.[164] Aceste sentimente contribuie desigur la apa-

[158] Zillmann, D., „Influence of Unrestrained Access to Erotica", p. 42.

[159] Peter, J. şi Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Internet Material, Sexual Uncertainty, and Attitudes Toward Uncommitted Sexual Exploration: Is There a Link?", 2008, pp. 579-601 (581).

[160] *Ibidem.*, p. 596.

[161] *Ibidem.*, p. 595.

[162] Patrick F. Fagan, *op. cit.*

[163] Johansson, Thomas şi Hammarén, Nils, „Hegemonic Masculinity and Pornography: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography", *The Journal of Men's Studies*, No. 15, 2007, pp. 57-70 (64).

[164] Morrison, Todd G.; Ellis, Shannon R.; Morrison, Melanie A.; Bearden, Anomi şi Harriman, Rebecca L., „Exposure to Sexually Explicit Material and Variations in Body Esteem, Genital Attitudes, and Sexual Esteem Among a Sample of Canadian Men", *The Journal of Men's Studies*, No. 14, 2006, pp. 209-22 (216-7).

riția frustrării și a complexelor, însoțite de o lezare semnificativă a demnității persoanei respective.

În perioada în care tinerii ar trebui să-și intensifice relațiile sociale, pornografia intensifică sentimentul de singurătate[165] și conduce la apariția unor depresii majore.[166]

Copiii care caută pornografie pe internet sunt de trei ori mai predispuși să se îndepărteze emoțional de părinții lor.[167]

Pornografia este adevărata educație sexuală pe care o face statul modern noii generații

Se pune tot mai mult problema introducerii educației sexuale în școala românească, la recomandarea organismelor internaționale. Oare aceste instituții sunt atât de interesate de binele copiilor noștri? Dacă ar fi așa, de ce nu se interzice pornografia, despre care studiile spun că se constituie într-o adevărată educație sexuală (deviantă) pentru copii și adolescenți[168]? Ar putea oare orele de educație sexuală din cadrul școlii să contracareze efectele negative ale educației pornografice? De ce nu este recomandat nici un studiu din cele care dovedesc acest adevăr? Din contră, urmărind programa de educație sexuală propusă de UNESCO, nu putem să nu constatăm că aceasta nu este nicidecum una care să promoveze abstinența sau o viață sexuală sănătoasă. Programul de educație sexuală care se intenți-

[165] M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

[166] Yoder, Vincent Cyrus; Virden, Thomas B. III și Amin, Kiran, „Internet pornography and Loneliness: An Association?", *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 12, 2005, pp. 19-44 (30). Acesta a fost un studiu cuprinzând 400 de utilizatori individuali de pornografie pe Internet.

[167] M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

[168] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

nează a fi implementat oferă, de fapt, suportul instituțional a dezvoltării interesului pentru sex și chiar pentru practici ca masturbarea, cu care copiii trebuie să fie familiarizați în viziunea UNESCO chiar de la vârsta de 6 ani. În fond, avem de-a face cu o oficializare a educației pornografice desfășurată prin aproape întreaga mass-media.

Dacă, într-adevăr, există un interes pentru protejarea copiilor în spiritul Constituției României, instituțiile legislative sau executive ar trebui să demonstreze acest lucru în primul rând prin interzicerea pornografiei. Nu este oare mai firesc să păzești casa de foc, decât să te lupți cu un incendiu? Numai nebunii pun foc la casă ca mai pe urmă să înceapă să strige: „Focul, focul!"

Desigur, organismele internaționale care urmăresc controlul populației în spiritul dystopiei huxley-liene[169], pot fi direct interesate de promovarea pornografiei și a educației sexuale în școală, ca mijloace extrem de eficiente pentru reducerea populației. Aici însă trebuie să aibă un cuvânt de spus și opinia publică din țara noastră, în contextul în care sunt grav amenințate de pornografie atât sănătatea și moralitatea publică, cât și familia și celelalte instituții fundamentale ale statului și neamului românesc.

Cheltuieli prea mari și datorii

Cum de se câștigă peste 57 miliarde dolari din afacerea cu pornografie la nivel global, în condițiile în care internetul e plin de mesaje pornografice posibil de descărcat

[169] Vezi Aldoux Huxley, *Minunata lume nouă. Reîntoarcerea în minunata lume nouă*, Polirom, 2003.

gratuit[170]? După cum demonstrează statisticile, consumul de pornografie gratuită se înregistrează mai cu seamă la început, la fel precum se întâmplă în cazul drogurilor. Însă, în momentul în care se instalează dependența[171], individul este tot mai mult dispus să cheltuiască pentru a-şi hrăni nevoia de pornografie cu mesaje din ce în ce mai dure şi mai inedite. Cheltuielile medii se ridică în America la 50 $ pe lună şi ajung până la sume atât de mari încât psihoterapeuţii semnalează cazuri în care datoriile ajung să depăşească 30 000 $[172].

În aceste condiţii, începe să se facă simţit şi stresul financiar, o cauză tot mai importantă în naşterea conflictelor din interiorul familiei[173], observație susținută de date ştiinţifice sociologice.[174]

Siguranța scăzută a locului de muncă

„Siguranța locului de muncă este şi ea în pericol atunci când activitățile sexuale online se petrec la locul de

[170] „Statistici legate de pornografia pe Internet", *Internet Filter Review*, document disponibil la adresa: http://internet-filterreview.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics.html Document consultat la data de 3 iunie 2005.

[171] King, S., „The impact of compulsive sexual behaviors on clergy marriages: Perspectives and concerns of the pastor's wife", *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 10, 2003, pp. 193–199; Leiblum, S. & Doring, N., „Internet sexuality: Known risks and fresh chances for women", în Cooper, A., „Sexuality and the Internet: Surfing into the new millennium", *CyberPsychology & Behavior*, No. 1(2), 1998, pp. 22–23.

[172] Manning, J.C., *A qualitative study of the supports women find most beneficial when dealing with a spouses sexually addictive or compulsive sexual behavior*, 2005, disertaţie doctorală în curs de publicare.

[173] American Academy of Matrimonial Lawyers, *Making marriage last*, 2005, document disponibil la adresa http://www.aaml.org/Marriage_Last/MarriageMain.htm, consulatat la data de 3 iunie 2005.

[174] Lowenstein, L.F., „Causes and associated features of divorce as seen by recent research", *Journal of Divorce & Remarriage*, No. 42(3/4), 2005, pp. 153–172.

muncă sau folosirea excesivă a computerului în altă parte afectează productivitatea din timpul zilei." [175] Când se ia în considerare că aproximativ 70% din traficul conținutului pornografic se petrece între 9 a.m. şi 5 p.m., în timpul săptămânii[176], riscul problemelor financiare şi al celor legate de şomaj devine mai vizibil.

Un sondaj realizat de SurfControl (2000) a arătat că 59% din utilizarea Internetului la serviciu nu este legată de muncă[177], iar cercetările întreprinse de Goldberg (1998) au arătat că siturile cu conținut pentru adulți au fost pe locul patru la cea mai vizitată categorie pe Internet de la serviciu în luna aprilie 1998.[178]

Multe companii, precum Xerox, au început să înăsprească politica de abuz pe Internet pentru concedierea angajaților care o încalcă.[179] Deşi tot mai mulți angajatori implementează căi sofisticate de a monitoriza abuzul pe Internet şi pentru a clarifica politica legată de aceste practici, angajații continuă să se implice în activități sexuale online, în special aceia care întrunesc criteriul pentru utilizarea compulsivă şi dependentă de Internet. Ei sunt expuşi celui mai mare risc de pierdere a locului de muncă şi/sau acțiuni disciplinare de vreun fel."[180]

[175] Schneider, J.P., „A qualitative study of cybersex participants: Gender differences, recovery issues and implications for therapists", *Sexual Addiction and Compulsivity*, No. 7, 2000, pp. 249–278; Schneider, J.P., „Rebuilding the marriage during recovery from compulsive sexual behavior", *Family Relations*, No. 38, 1989, pp. 288–294.

[176] Carnes, P., *Contrary to love: Helping the sexual addict*, Minneapolis, MN: CompCare, 1989.

[177] Griffiths, M., „Internet abuse in the workplace: Issues and concerns for employers and employment counselors", *Journal of Employment Counseling*, No. 40, 2003, pp. 87–96.

[178] Goldberg, A., *Monthly users report on adult sexually oriented sites for April 1998*, Washington, D.C.: Relevant Knowledge, 1998.

[179] Mirchandani, D., „Reducing Internet abuse in the workplace", *SAM Advanced Management Journal*, No. 68(1), iarna 2003, pp. 22–26, 55.

[180] Jill C. Manning, *op. cit.*

Pornografia conduce la deviații sexuale, perversiuni şi delincvență

„Nu are nicio importanță dacă persoana respectivă este medic, avocat, preot, atlet, director, rector de universitate eminent, muncitor necalificat sau un băiat de 15 ani. Toți pot fi condiționați spre deviere."[18]

Când auzim despre indivizi care practică perversiunile sexuale, despre sado-masochişti sau despre violatori în serie, ne închipuim nişte oameni bolnavi psihic, buni să fie internați la spitalele de psihiatrie sau închişi în puşcării pentru a nu pune în pericol corpul social. Unii ne imaginăm că toți aceşti oameni au moştenit o genă criminală, alții credeam că sunt răi aşa cum orice criminal este pentru motive necunoscute nouă. Nimeni însă nu poate să accepte faptul că el însuşi ar putea să ajungă să facă toate acele lucruri detestabile. Şi, totuşi, pornografia e în stare să transforme pe oricare dintre noi într-un pervers sexual, într-un delincvent.

Verificarea observației de mai sus a fost făcută şi în experimentele realizate de dr. Stanley Rachman. El a demonstrat în cadrul mai multor experimente de condiționare în laborator că imaginile cu caracter erotic foarte pronunțat pot crea devieri sexuale la bărbații adulți. Nu a existat nici măcar o singură persoană dintre cele care au participat voluntar la experiment, care să nu fi dobândit

[18] *Cline, V.B., op. cit., p. 7.*

o deviere sexuală (fetişism) în urma vizionării unor filmuleţe cu caracter pornografic. Deci, 100% dintre bărbaţii care consumă pornografie pot căpăta o anumită deviere specifică temei prezentate accentuat în materialele pornografice consumate.[182]

Condiţionarea pentru deviere

Însăşi dependenţa de sex poate fi socotită o deviaţie mentală produsă de pornografie. Psihologul Patrick Carnes (actualmente, cel mai important cercetător american din domeniul dependenţelor sexuale) a constatat că dintre cei 932 de dependenţi sexuali pe care i-a studiat, la 90% dintre bărbaţi şi 77% dintre femei, pornografia a jucat un rol esenţial în crearea dependenţei. De asemenea, a constatat că în etiologia de început a comportamentului sexual dependent există două elemente comune: abuzul sexual în copilărie şi/sau vizualizarea frecventă a materialelor pornografice, însoţită de masturbare[183].

Dependenţa de sex nu înseamnă, aşa cum s-ar putea crede, dezvoltarea unui semnificativ apetit sexual care să fie satisfăcut în contextul vieţii conjugale. Ea implică mai cu seamă apariţia uneia sau mai multor deviaţii sexuale.

„Ca psiholog de clinică, mărturiseşte psihoterapeutul Cline, am tratat de-a lungul multor ani aproximativ 300 dependenţi sexuali, delincvenţi sexuali sau alte tipuri de persoane (96% bărbaţi) cu maladii sexuale. Acestea in-

[182] Rachman, S., „Experimentally Induced Sexual Fetishism", *Psychological Record*, vol. 18, 1968, p. 25.

[183] Carnes, Patrick, *Don't Call It Love: Recovery From Sexual Addictions*, New York: Bantam Books, 1991.

clud multe tipuri de comportamente sexuale nedorite, de tip compulsiv, precum şi alte comportamente, precum: molestarea copiilor, exhibiţionismul, voyeurismul, sado-masochismul, fetişismul şi violul. Cu excepţia câtorva cazuri, pornografia a fost un factor, care a contribuit sau a facilitat dobândirea de către aceste persoane a devierii lor comportamentale sau a dependenţei lor sexuale."[184]

O mare parte din literatura de specialitate referitoare la terapia pentru devianţii sexuali indică faptul că orientarea sexuală a acestor persoane poate fi uneori schimbată (recondiţionată) folosind filme cu conţinut sexual explicit.[185]

Ca o ironie, dr. Carnes a constatat şi faptul că mulţi terapeuţi (psihologi, psihiatri şi asistenţi sociali) suferă de dependenţe sexuale şi comportamente sexuale inadecvate, „aplicate". După cum afirmă acest medic, „una dintre descoperirile care au rezultat din studiul nostru a fost că femeile dependente, care solicită ajutor psihoterapeutic, sunt adesea abuzate sexual de către terapeuţii lor."

De asemenea, ratele de asigurări pentru malpraxis ale terapeuţilor au crescut vertiginos în ultimii ani, în parte din cauza proceselor intentate unui număr semnificativ dintre colegii lor, care au abuzat sexual sau au exploatat pacienţi în timpul tratamentului. Acest lucru indică faptul că acest comportament sexual compulsiv constituie o problemă chiar şi pentru specialiştii din branşa terapeuţilor.[186]

[184] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

[185] Marquis, J.N., "Orgasmic Reconditioning: Changing Sexual Object Choice Through Controlling Masturbation Fantasies", *J. Behav. Ther. & Exp. Psychiat.*, vol. 1, 1970, pp. 263-71.

[186] Blanchard, G.T., „The Role of Sexual Addictions in the Sexual Exploitation of Patients by Male Psychiatrists", *Am Journal of Preventive Psychiatry & Neurology*, primăvara 1991.

Întipărirea în creier a imaginilor sexuale

Cercetările realizate de psihologul J.L. McGaugh[187] au scos în evidență mecanismul principal prin care pornografia reușește să schimbe aproape complet modul de a gândi, sentimentele, comportamentul și așteptările omului după numai câteva săptămâni de expunere la mesajul pornografic. El a constatat că experiențele care au loc pe fondul unei intense excitații emoționale, după cum este și starea de excitație sexuală, se imprimă cu putere în creier prin acțiunea adrenalinei și nu mai pot fi șterse cu ușurință. Prima consecință a acestui fapt este aceea că amintirile acestor experiențe vor reveni în memorie cu efectul ușor de bănuit al restimulării sau reexcitării sexuale. Așadar, vizionarea de pornografie mai mult decât oricare altă experiență este capabilă să lase o urmă adâncă în memoria și în conștiința noastră.

Calea spre a-ți crea singur o maladie sau o deviație sexuală

În prima fază, amintirile pornografice nu au decât calitatea unor fantezii sexuale, pe care, la nivelul conștiinței, cel mai probabil, omul refuză ca să le pună în practică. Simple reverii ce par inofensive.

Lucrurile nu au cum să se oprească aici atâta timp cât atenția individului stăruie asupra acestora și nu se luptă cu ele, respingându-le. Aceasta pentru că excitația sexuală pe care o induc scenariile pornografice, ce pun încet-încet stă-

[187] Cal Tech, Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows.(1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site.

pânire pe minte, devine atât de intensă şi anxioasă, încât individul este nevoit să recurgă la masturbare pentru a se descărca, pentru a reduce această tensiune sexuală. Orgasmul obţinut pe această cale, însă, va încheia ciclul unui pseudo-act sexual, care prin însăşi natura sa are puterea de a recunoaşte şi consolida drept dezirabile şi normale scenariile erotice care au produs excitaţia[188]. Mecanismul consolidării noului comportament sexual este explicat de Struthers prin faptul că eliberarea de oxitocină la momentul apariţiei orgasmului cimentează legătura între individ şi imaginile pornografice respective[189]. Acestea se substituie soţului sau soţiei, devenind în mod virtual un fel de partener sexual.

Prin urmare, după cum observa V. Cline, „masturbarea pe fondul fanteziilor erotice, întăreşte conexiunea dintre excitaţia sexuală, orgasm şi scena sau imaginea respectivă, evocată repetat în minte"[190]. Acesta este în mod esenţial mecanismul prin care pornografia, mai mult decât oricare altă tehnică, comportament sau mesaj, reuşeşte o adevărată condiţionare de tip pavlovian. Care sunt efectele acestei condiţionări?

1. apare o disociere pronunţată între actele sexuale şi dragoste sau simpla afecţiune;
2. expunerea la experienţe sexuale deviante prin intermediul pornografiei, urmată de masturbare – în timp ce persoana brodează mental pe marginea imaginilor respective – conduce inevitabil la deviaţii sexuale[191];

[188] „Preserving the Presence of the Past", *American Psychologist*, februarie 1983, p. 161.
[189] Struthers, William M., *Wired for intimacy. How pornography hijacks the brain*, Inter Varsity Press, 2009.
[190] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.
[191] McGuire, R.J., et al., "Sexual Deviations as Conditioned Behavior: A Hypothesis", *Behavior Research Therapy*, vol. 2, 1965, p. 185.

3. colonizarea gândirii şi imaginaţiei individului cu asocieri pornografice;
4. în percepţia consumatorilor de pornografie, femeia ajunge să fie privită ca un obiect sexual;
5. filmele care asociază excitarea sexuală cu rănirea, violarea umilirea sau torturarea femeii, prin mecanismele enunţate anterior, vor condiţiona excitaţia sexuală de aceste acte. Adică, bărbaţii vor simţi nevoia să-şi chinuiască soţiile sau femeile cu care întreţin relaţii sexuale pentru a se putea excita sexual.

Consumatorii de pornografie nu mai pot iubi, stăpâniţi fiind de un *alter ego* întunecat, născut şi hrănit la nivelul subconştientului prin pornografie

MĂRTURIE: „Mă mâhneşte faptul că pornografia a reuşit să distrugă căsnicia noastră." ne mărturiseşte Hana. „Încercam să vorbesc cu Ricardo, dar el pur şi simplu era absent. Se autoizola şi se înfuria. Dependenţa lui de pornografie a creat un alter ego căruia nu-i mai păsa de mine. Din punct de vedere emoţional, el s-a retras din relaţia noastră, din familia noastră, şi trăirea lui se manifesta între o pornografie şi alta. Se lăsa consumat complet de către acestea şi dragostea mea nu mai reuşea să ajungă până la el."[192] ■

Cline observă scăderea capacităţii de a iubi la persoanele condiţionate să se excite sexual în relaţie cu materia-

[192] Wendy Maltz, Larry Maltz, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009.

lele pornografice. Se naşte o prăpastie între viaţa sexuală şi cea afectivă, interpersonală. Şi ceva foarte straniu:

„Latura sexuală a acestor persoane devine, într-un anumit sens, dezumanizată. Mulţi dintre ei capătă un «alter ego» (sau o latură întunecată), a cărui esenţă constă într-o poftă antisocială, lipsită de cea mai mare parte a valorilor. Cu timpul, «punctul maxim» de plăcere obţinut din masturbarea în faţa pornografiei devine mai important decât relaţiile din viaţa reală. [...] Nu are nicio importanţă dacă persoana respectivă este medic, avocat, preot, atlet, director, rector de universitate eminent, muncitor necalificat sau un băiat de 15 ani. Toţi pot fi condiţionaţi spre deviere."[193] Devierea în acest caz constă în anularea capacităţii de a întreţine o relaţie sexuală normală cu soţia sau soţul. Viaţa sexuală a individului se mută pe alte coordonate, din care soţia şi relaţia afectivă cu aceasta sunt excluse.

„Procesul de condiţionare prin masturbare este inexorabil şi nu se retrage în mod spontan. Parcursul acestei maladii poate fi lent şi este aproape întotdeauna invizibil lumii exterioare. De obicei, constituie o parte secretă a vieţii unui om şi, întocmai ca un cancer, creşte şi se răspândeşte continuu. Foarte rar ajunge să se oprească şi este şi foarte dificil de tratat şi de vindecat. Negarea de către dependentul masculin şi refuzul de a se confrunta cu problema sunt reacţii tipice şi previzibile, iar acest lucru conduce aproape întotdeauna la ruperea armoniei din căsnicie sau cuplu, uneori la divorţ, iar alteori la întreruperea altor relaţii intime."[194]

[193] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.
[194] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

Toate devierile sexuale indică faptul că acestea sunt comportamente dobândite

Deşi s-a încercat în ultimele decenii demonstrarea faptului că tiparele comportamentale patologice din punct de vedere sexual sunt transmise ereditar, în final, s-a ajuns la o concluzie contrară: deviaţiile sexuale precum violul, incestul, pedofilia, exhibiţionismul, promiscuitatea etc. sunt comportamente dobândite prin condiţionare.

„După cum explică McGuire, pe măsură ce un bărbat se masturbează în mod repetat pe fondul unei fantezii vii, ca unic mijloc de eliberare a energiei lui sexuale (declanşată de o experienţă reală sau poate de pornografie), experienţele generatoare de plăcere ajung să-i confere fanteziei deviante (viol, molestarea unor copii, rănirea partenerului în timpul actului sexual etc.) o valoare erotică din ce în ce mai mare. Orgasmul prin care trece persoana în acel moment furnizează evenimentul esenţial pentru condiţionarea fanteziei care precedă sau însoţeşte actul respectiv.[195]

McGuire indică faptul că orice tip de deviere sexuală poate fi dobândit în acest mod, că poate include mai multe devieri care nu au legătură unele cu altele, la aceeaşi persoană, şi că această deviere nu poate fi eliminată nici măcar printr-un sentiment puternic de vinovăţie."[196]

Capacitatea unică pe care o are masturbarea – pe fondul fanteziilor sexuale produse de pornografie – de a condiţiona deviaţii sexuale este demonstrată de o mulţime de studii[197].

[195] McGuire, R.J. et. al., „Sexual Deviation as Conditioned Behavior", *Behavior Research & Therapy*, vol. 2, 1965, p. 185.

[196] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

[197] Evans, D. R., "Masturbatory Fantasy & Sexual Deviation", *Behavioral Research & Therapy*, vol. 6, 1968, p. 17; şi: Jackson, B.T., "A Case of Voyeurism Treated by Counter Conditioning.", *Behavior Research & Therapy*, vol. 7, 1969, p. 133.

Condiționarea comportamentului sexual deviant de la vârsta copilăriei

Chiar şi copiii pot fi condiționați să aibă un comportament sexual deviant înainte ca aceştia să fie maturizați sexual pe plan psihologic, nervos şi hormonal. Într-un studiu desfăşurat în 1998 s-a constatat că dintr-un eşantion de 30 minori care au săvârşit infracțiuni sexuale, 29 fuseseră expuşi la reviste sau materiale video pornografice, vârsta medie a expunerii fiind de 7,5 ani[198].

Exhibiționismul şi voyerismul sunt condiționate prin vizionarea de pornografie

Dintr-un studiu realizat în Suedia rezultă că atât exhibiționismul (dezbrăcarea sau desfăşurarea actelor sexuale în fața unor persoane străine sau în public), cât şi voyerismul (a se excitarea sexuală determinată de privirea actelor sexuale desfăşurate de alte persoane) sunt strâns legate de consumul de pornografie[199].

Şi travestismul poate fi condiționat prin pornografie

Într-un studiu desfăşurat în anul 2005 s-a constatat, de asemenea, că şi fetişul travestiților este legat puternic de folosirea crescută a pornografiei[200].

[198] Wieckowski, E., Hartsoe, P., Mayer, A., and Shortz, J. 1998. „Deviant sexual behavior in children and young adolescents: Frequency and patterns. Sexual Abuse", *A Journal of Research and Treatment*, 10, 4, 293-304.

[199] Langstrom, N. & Seto, M. (2006). „Exhibitionistic and voyeuristic behavior in a Swedish national population survey", *Archives of Sexual Behavior*, 35, 427-435.

[200] Langstrom, N. & Zucker, K.. „Transvestic fetishism in the general population: Prevalence and correlates", *Journal of Sex and Marital Therapy*, 2005, 31, 87-95.

Nu există nici o îndoială: din numeroase studii rezultă faptul că pornografia este în societatea noastră principalul factor de risc în condiționarea comportamentelor sexuale deviante. Natura deviației şi gradul de dependență sunt proporționale cu timpul alocat vizionării de pornografie şi frecvenței cu care s-a apelat la masturbare în condițiile vizualizării deviației sexuale respective. În general, s-a demonstrat că un exhibiționist poate deveni uşor şi voyerist, şi invers, sau toți pot ajunge la sado-masochism şi pedofilie. Este vorba doar de istoricul personal al consumului de material pornografic, de tipul scenariilor cu care a fost intoxicată fantezia fiecăruia.

Colonizarea gândirii şi imaginației individului prin asocieri pornografice

Încă de la începutul anilor '70 s-a demonstrat ştiințific că 100% dintre bărbații supuşi la experimente de condiționare în laborator ajung să asocieze automat obiecte şi situații obişnuite cu imagini pornografice. De pildă, Rachman a constatat că orice bărbat poate ajunge să se excite sexual numai văzând o cizmă de femeie. Fetişizarea a fost realizată prin expunerea subiecților voluntari la imagini pornografice în care femei dezbrăcate erau asociate cu imaginea unei cizme. Rezultatul acestui experiment şi a altora asemănătoare constituie baza ştiințifică a folosirii pornografiei ca tehnică de colonizare a imaginației şi gândirii omului. Adică, este suficient să vizionezi un film pornografic în care este asociată o situație obişnuită din viața de toate zilele cu imagini erotice, pentru a se condi-

ționa declanșarea fanteziilor și a excitației sexuale atunci când aceste situații vor fi întâlnite în realitate. Exemplu pe care ni-l prezintă dr. V. Cline este sugestiv:

Este vorba despre „un film de 8 min., comercializat de o firmă din Los Angeles, care prezintă două fete-cercetaș, în uniformele lor verzi, care vând biscuiți din ușă în ușă. La una din locuințe, sunt invitate înăuntru de un bărbat adult, agresiv sexual, care începe imediat să le seducă și să le supună unei serii întregi de acte sexuale neobișnuite și extrem de explicite, toate înfățișate în cele mai mici detalii. Fetele sunt prezentate ca și cum această orgie sexuală le-ar face o mare plăcere.

Acest tip de film este ceea ce se numește în mod obișnuit un film pornografic *„hardcore"* (total, fără rezerve, absolut). Este genul de stimulent pornografic (în cazul acesta, un film) pe care spectatorul de sex masculin îl poate privi iarăși și iarăși, fie în intimitatea locuinței sale, fie în mintea lui, pentru plăcerea lui sexuală."[201]

Potrivit legilor condiționării descrise mai sus, atunci când bărbații care și-au îmbătat simțurile cu vederea și revederea acestui filmuleț vor întâlni în viața reală o situație asemănătoare (de exemplu, niște fete care fac un sondaj de opinie), se vor excita sexual și vor simți impulsul să le atragă într-o relație sexuală sau chiar să le violeze. Condiționarea, după cum vom putea constata în continuare, le spune că fetele respective chiar își doresc să fie violate, deși se împotrivesc pe față la aceasta.

Prin urmare, producătorii de pornografie, atunci când montează scenariul unui film în care niște situații obișnuite de viață sunt asociate cu acte pornografice, știu că astfel își lărgesc câmpul de acțiune fantasmatică, puterea de

---

[201] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 6.

a domina imaginația, procesele nervoase și hormonale ale indivizilor. Încet-încet, prin vizionarea materialelor pornografice tot mai puține circumstanțe ale vieții reale vor rămâne necontaminate de asociațiile erotice, iar libertatea mentală se va restrânge tot mai mult.

În percepția consumatorilor de pornografie, femeia ajunge să fie privită ca un obiect sexual

Cel mai grav lucru este acela că pornografia, prin asocierea constantă a femeii cu ideea de obiect sexual, condiționează acea deviere mentală în care femeile întâlnite devin prilej de excitare sexuală și de fantezii erotice. Mai mult, studiile demonstrează că adolescenții, atât băieți cât și fete, care sunt expuși materialelor pornografice, sunt mai înclinați să vadă femeile ca pe niște obiecte sexuale.[202] Deci, până și femeile expuse la aceste mesaje ajung să se obișnuiască cu o astfel de percepție care, în mod evident, este similară cu un fel de spălare a creierului, căci îi produce mari conflicte de conștiință, subminându-le încrederea și respectul de sine, alienându-le personalitatea.

Într-un studiu realizat în februarie 2009, Susan Fiske, profesor de psihologie la Universitatea Princeton, a utilizat scanări IRM pentru a analiza activitatea cerebrală a bărbaților care vizionează imagini pornografice. Rezul-

[202] L. M. Ward, „Does Television Exposure Affect Emerging Adults' Attitudes and Assumptions About Sexual Relationships? Correlational and Experimental confirmation", *Journal of Youth and Adolescence* 31, no. 1 (2002). A se vedea și L. M. Ward și K. Friedman, „Using TV as a Guide: Associations Between Television Viewing and Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior", *Journal of Research on Adolescents* 16, no. 1 (March 2006): 133-56; și J. Peter și P. M. Valkenburg, „Adolescents' Exposure to a Sexualized Media Environment and their Notions of Women as Sex Objects", *Sex Roles* 56 (februarie 2007): 381–95.

tatele au arătat că, după ce vizionau imagini pornografice, bărbații vedeau în femei mai mult nişte obiecte decât nişte ființe umane. Observațiile se bazează pe constatarea faptului că alte zone din creier sunt activate în cazul raportării la obiecte decât atunci când relaționăm personal. În urma experimentelor realizate de Fiske, reiese în mod evident faptul că, atunci când bărbații văd femei dezbrăcate sau orice fel de materiale erotice, aceştia au activate acele zone din creier care țin de raportarea sau folosirea unui obiect. Acest lucru nu se întâmplă însă în cadrul relațiilor conjugale, a acelora care sunt dublate de sentimente de dragoste, de angajamente personale.

Efectul pe termen lung al perceperii femeii ca pe un obiect sexual este, în mod firesc, instalarea unei deviații mentale în sensul că femeile întâlnite, fie că sunt colege de serviciu, fie membre ale propriei familii, ajung să fie percepute tot mai mult sub raportul de obiect sexual, modelat după propria imaginație sexualizată.

Una dintre concluziile trase de Fiske a fost că „atunci când la locul de muncă sunt expuse imagini sexualizate, este greu ca bărbații să nu se gândească la colegele lor în termeni similari."[203]

În ce măsură, statul modern mai poate susține constituțional apărarea drepturilor şi a demnității persoanei umane, acceptând legalitatea pornografiei? Oare batjocorirea simbolică a femeii prin publicitate şi pornografie nu ar trebui să fie un motiv suficient de serios ca pornografia să fie interzisă?

[203] Citat în I. Sample, *The Guardian* (UK), „Sex Objects: Pictures Shift Men's View of Women", 16 februarie, 2009, disponibil la http://www.guardian.co.uk/science/2009/feb/16/sexobject-photograph.

Cercetările asupra pornografiei agresive (violența porno)

Delictele sexuale agresive asupra femeilor constituie o problemă foarte serioasă şi din ce în ce mai mare în Statele Unite şi în întreaga lume. Audierile recente de la Comitetul Judiciar al Senatului American au dus la concluzia că, în ultimul deceniu, rata violurilor a crescut de patru ori în comparație cu infracționalitatea generală. Şi, de fapt, S.U.A. sunt pe primul loc în statisticile referitoare la violuri, cu o rată de patru ori mai mare decât în Germania, de treisprezece ori mai mare decât în Anglia şi de douăzeci de ori mai mare decât în Japonia.[204]

În ultimii ani, s-a realizat un volum considerabil de cercetări asupra pornografiei agresive, prezentă foarte mult în filmele de tip total, de grad „R". Multe din aceste filme sunt, de asemenea, transmise integral prin televiziunea prin cablu şi sunt apoi disponibile copiilor, practic, în orice magazin video din America. Filmele tipice prezintă femei goale sau femei în situații şi posturi excitante sexual, care sunt violate, torturate sau omorâte.

Rezultatele acestor cercetări sugerează posibilitatea condiționării spectatorilor în sensul asocierii excitării sexuale cu rănirea, violarea, umilirea sau torturarea femeilor. Atunci când aceste filme sunt disponibile pe casete video (şi majoritatea sunt), ele pot fi vizionate în repetate rânduri, în intimitatea locuinței personale, iar pe fondul lor, persoana se poate masturba, expunându-se totodată şi riscurilor aferente, menționate anterior, de condiționare şi comportament negativ sau antisocial.

---

[204] *Newsweek* din 23 iulie 1990, pp. 51-52.

Doctorii Neil Malamuth şi Edward Donnerstein notează în cartea lor care are la bază o serie de cercetări, şi este intitulată *Pornography and Sexual Aggression*[205], că „anumite forme de pornografie (agresivă) pot determina o atitudine agresivă faţă de femei şi pot desensibiliza percepţia persoanei în privinţa violului". Aceste atitudini şi percepţii determină ulterior un comportament agresiv concret faţă de femei. ...Aceste rezultate sugerează, încă o dată, că pornografia agresivă duce, într-adevăr, la creşterea agresivităţii faţă de femei".

Malamuth şi Donnerstein au constatat, de asemenea, că vizionarea filmelor în care o femeie spune că îi place să fie violată creşte nivelul de acceptare de către bărbaţi a violenţei interpersonale faţă de femei şi tinde să crească adoptarea miturilor violului în rândul bărbaţilor (cum ar fi faptul că femeilor le place să fie violate).

Aceşti autori conchid că „filmele care portretizează violenţa sexuală ca având consecinţe pozitive pot avea efecte antisociale pe termen lung" (de exemplu, femeia indică faptul că i-a făcut plăcere să fie violată sau a spus „nu", când de fapt voia să spună „da", în timp ce era abuzată sexual).

Literatura de specialitate despre pornografia agresivă este de-a dreptul impresionantă din punctul de vedere al consecvenţei cu care sugerează o întreagă varietate de efecte dăunătoare sau posibilitatea apariţiei unor comportamente antisociale, în urma expunerii la aceste materiale. Acest lucru n-ar trebui să surprindă pe nimeni, după patruzeci de ani de cercetări asupra violenţei din filme şi din televiziune, care, practic, au ajuns la aceeaşi concluzie.[206]

---

[205] Malamuth, Neil Dr. & Donnerstein, Edward Dr. (eds.), *Pornography and Sexual Aggression*. New York: Academic Press, 1984.

[206] Rubinstein, E., „Television & Behavior", *American Psychologist*, vol. 38, 1983, p. 820; şi: Eron L., *American Psychologist Association Monitor*, No. 4, vol. 23, mai 1992, pp. 11.

Doctorul Malamuth şi cercetătorii asociaţi lui au mai constatat şi faptul că, atunci când unor tineri studenţi le-au fost prezentate materiale pornografice violente, care prezentau violuri sau alte forme de violenţă sexuală, două treimi dintre aceştia au dat semnele unei dispoziţii mai mari de a forţa o femeie să aibă acte sexuale cu ei, în cazul în care ar fi fost siguri că nu sunt prinşi sau pedepsiţi.

Într-o cercetare similară, realizată de Seymour Feshback şi de asociaţii lui, 51% dintre bărbaţii „normali" din cadrul universităţii UCLA au indicat probabilitatea imitării unui viol sadomasochist (văzut în materialele pornografice care le fuseseră prezentate) dacă ar fi fost siguri că nu sunt prinşi.[207]

Efectele „mitului violului" asupra consumatorilor de pornografie

Efectele cele mai clare ale reeducării ce se realizează prin pornografie se văd în faptul că nu numai bărbatul, dar şi femeia poate fi convinsă că violul e chestiune pozitivă şi chiar de dorit.

Întrucât, de cele mai multe ori, pornografia violentă promovează şi erotizează violul ca pe un act sexual plăcut şi dorit de femei, consumatorii acestor materiale – atât violatorii, cât şi victimele violului – ajung să creadă că într-adevăr lucrurile aşa stau, adică: violul, ca fenomen negativ, nu ar fi decât un mit. Bărbaţii care, vizionând materiale pornografice, subscriu la acest aşa-zis mit al vi-

[207] "Sex and Aggression: Proving the Link", *Psychology Today*, noiembrie 1978, pp. 111-112; şi: „Rape Fantasies as a Function of Exposure to Violent-Sexual Stimuli", *Archives of Sexual Behavior*, vol. 10, 1986, pp. 34-37.

olului, s-a dovedit că sunt mai puțin toleranți cu victimele violului și, în cazul în care participă în juriul unui proces de viol, este mai puțin probabil să condamne agresorul. În mod similar, femeile care acceptă mitul violului tind să nu considere violul drept o infracțiune și să nu ofere asistență socială victimelor.[208]

Într-un studiu realizat de Diana Russell, un sociolog din cadrul Colegiului Mills, s-a constatat că prezentarea și difuzarea „mitului violului" (cum ar fi faptul că majorității femeilor chiar le place să fie forțate să aibă un act sexual) constituie factori semnificativi de reducere a inhibiției față de folosirea violenței, obișnuind atât bărbații, cât și femeile cu ideea violului și cu acceptarea aberațiilor sexuale ca și comportamente „normale".[209]

De asemenea, cercetătoarea a constatat faptul că, odată ce semințele comportamentului deviant au fost sădite în fantezia masculină, bărbații respectivi sunt înclinați să-și pună fanteziile în aplicare. Mai mult, atât fanteziile care erau puse în practică, cât și simpla conceptualizare a acestor fantezii deviante ca modalități comportamentale viabile, au condus la conflicte și la o suferință considerabilă atât a bărbaților, cât și a femeilor, mai ales în privința relațiilor lor sexuale cu partenerii.

Cercetările lui Dolf Zillmann și Jennings Bryant[210] sugerează faptul că, atunci când subiecții experimentali sunt expuși în mod repetat unor materiale pornografice

---

[208] Russell, D. E. H., *Dangerous relationships: Pornography, misogyny, and rape*, Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 1998.

[209] Russell, Diana, *Rape & Marriage*, Beverly Hills, CA: Sage, 1982.

[210] "Symposium on Media Violence and Pornography", Toronto, Canada: Media Action Group, 1984; și: „Testimony given to U.S. Attorney General's Commission on Pornography", Houston, Texas, septembrie 1985.

de tip *„hardcore"* pentru adulți, timp de șase săptămâni, aceștia:

1. „ajung să capete o duritate, o cruzime din ce în ce mai mare în privința atitudinii față de femei;
2. banalizează violul ca delict, iar unii ajung să nu-l mai considere deloc ca atare;
3. încep să aibă percepții distorsionate în privința sexualității;
4. actul sexual normal „nu mai merge", nu îi mai satisface;
5. apare un apetit pentru tipuri de pornografie deviante, bizare sau violente (este acel fenomen de escaladare, menționat mai devreme);
6. o satisfacție redusă față de performanțele sexuale, afecțiunea și aspectul fizic ale partenerului;
7. îndoieli referitoare la valoarea căsătoriei;
8. dorința scăzută de a avea copii;
9. privirea relațiilor poligame ca un comportament[211] normal și natural."[212]

„Un total de 187 de studente au răspuns la un chestionar cu privire la:

(a) expunerea la pornografie în copilărie;
(b) fantezii sexuale curente;
(c) aprobarea atitudinii de susținere a violului.

[211] Drake, R. E., „Potential health hazards of pornography consumption as viewed by psychiatric nurses", *Archives of Psychiatric Nursing*, No. 8(2), 1994, pp. 101–106; Zillman, D. & Bryant, J., „Pornography, sexual callousness, and the trivialization of rape", *Journal of Communication*, No. 32(4), 1982, pp. 10–21; Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of massive exposure to pornography", în Malamuth, N. M. & Donnerstein, E. (Eds.), *Pornography and Sexual Aggression*, 1984, pp. 115–138; Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of prolonged consumption of pornography on family values", *Journal of Family Issues*, No. 9(4), decembrie 1988, pp. 518–544.

[212] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

Din studiu a rezultat cu claritate că există o legătură strânsă între expunerea la fanteziile pornografice ale violului şi susţinerea violului la maturitate.

Aşadar, cercetările sugerează că un contact precoce cu pornografia afectează socializarea femeii, nu numai prin instituirea cu titlu de normalitate a agresiunii sexuale[213], dar şi prin înfăţişarea acesteia ca fiind dorită în mod cultural de către femei."[214]

[213] *Ibidem.*, p. 458.

[214] Jill C. Manning, *op. cit.*

Pornografia face casă bună cu delincvența

„Un studiu recent realizat de cercetătorii de la FBI asupra a 36 de criminali în serie a dezvăluit că 29 dintre ei erau atrași de pornografie[215], pe care o integrau în activitățile lor sexuale și care includea crime cu violuri în serie."[216]

Studiile desfășurate în întreaga lume dovedesc faptul că liberalizarea pornografiei este strâns legată de creșterea ratei infracționalității. În SUA, unde materialele pornografice se vând în magazine cu un regim special, s-a constatat în mai multe cercetări că deschiderea unor astfel de centre în conexiune cu cluburi unde se face striptis crește rata criminalității cu până la 270%.[217] Rata violurilor crește, însă, până la 506%, după cum s-a constatat în orașul Phonix, Arizona.

Într-o metaanaliză care rezumă efectele pornografiei și care a avut în vedere 33 de studii pe această temă, s-a constatat că expunerea la pornografie, fie că este violentă, fie că este nonviolentă a crescut violența sexuală.[218]

Extrem de relevant este studiul realizat în Australia de Sud, unde liberalizarea pornografiei a adus o creștere

[215] Burgess, A., „The Effects of Pornography on Women and Children Including an Analysis of Sexual Homicide Crime Data." Testimony before the Subcommittee on Juvenile Justice, Committee on the Judiciary, U.S. Senate. Wash. D.C., 1984.

[216] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 9.

[217] Jenness, Valerie; McCleary, Richard și Meeker, James W., „Crime-Related Secondary Effects of Sexually-Oriented Businesses Report to the County Attorney Palm Beach County, Florida" (Rezumat, 15 august 2007), disponibil la adresa: http://communitydefense.org/cdcdocs/landuse/pdf/florida_palmbeach_2007.pdf.

[218] Allen, M.; D'Allessio, D. & Brezgel, K., „A meta-analysis summarizing the effects of pornography II: Aggression after exposure", *Human Communication Research*, No. 22, 1995, pp. 258-283.

cu 284% a violurilor. În aceeaşi perioadă, în altă parte a Australiei, în Queensland, unde legile erau mai conservatoare privind pornografia, creşterea violurilor a fost cu până la 23%. De asemenea, în Hawai, unde legile privind pornografia au fost liberalizate, devenind ulterior mai restrictive, pentru a fi din nou liberalizate, s-a constatat că incidenţa violurilor a urmat acelaşi model de creştere: a scăzut şi pe urmă a crescut iarăşi.[219]

Într-un alt studiu, se arată că delincvenţii sexuali au o rată ridicată de utilizare a pornografiei de tip „hardcore": cei care molestează copii (67%), infractorii care comit incest (53%), violatori (83%), comparativ cu non-infractorii (29%). Cei care molestează copii (37%) şi violatorii (35%) au mai multe şanse de a folosi pornografia ca pe un instigator la comiterea infracţiunilor decât cei care comit incest (13%). Materialul folosit pentru a instiga infracţionalitatea a fost de multe ori pornografia consensuală între adulţi.[220]

Pornografia nu are numai un efect declanşator al infracţiunii, ci trebuie avută în vedere, mai cu seamă, forţa modelatoare pe care o exercită asupra tuturor oamenilor.

Sondajul naţional al specialiştilor în sănătate mentală

Într-un sondaj de opinie realizat în rândul specialiştilor în sănătate mentală de către medicii M. Lipkin şi D.E. Carnes, 254 de psihoterapeuţi au raportat că au întâlnit cazuri, în activitatea lor clinică, în care au constatat că pornografia a declanşat sau a contribuit la comiterea unui delict cu caracter sexual, la apariţia unei tulburări de personalitate sau la comiterea unui act antisocial[221].

[219] Malamuth, N. şi Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.

[220] Marshall, W. L., „The use of sexually explicit stimuli by rapists, child molesters and non-offenders", *Journal of Sex Research*, No. 25 (2), 1988, pp. 267-288.

[221] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 6.

În primă fază, pornografia nonviolentă produce o desensibilizare şi o acceptare a violenţei, a hărţuirii sexuale.[222] Probabilitatea hărţuirii sexuale creşte proporţional cu volumul materialelor sexuale vizionate.[223] În acelaşi timp, se sesizează o creştere a dispoziţiei pentru vizionarea unor materiale mai dure, de tipul sex cu animale şi violenţă.[224] De aici şi până la adoptarea unui comportament coercitiv şi violent nu mai e decât un pas. Cu cât e mai violentă pornografia vizionată, cu atât e mai probabilă violenţa îndreptată împotriva femeii.[225] Comportamentul violent creşte însă şi proporţional cu profilul dezumanizant al scenelor vizionate, chiar dacă acestea nu sunt violente.[226]

Capacitatea pornografiei de a genera un comportament agresiv, de a conduce la abuz şi viol se manifestă la aproape orice vârstă. Un studiu axat pe abuzatorii sexuali tineri a demonstrat că majoritatea covârşitoare a acestora au fost expuşi la pornografie în vremea copilăriei; mai exact, 29 din 30 de abuzatori sexuali tineri au vizionat reviste şi filme porno, iar vârsta medie la care au avut primul contact cu acestea a fost de circa 7 ani şi jumătate.[227]

---

[222] Allen, M.; Emmers, T. M.; Gebhardt, L. & Giery, M., „Pornography and rape myth acceptance", *Journal of Communication*, No. 45, 1995, pp. 5-26.

[223] Barak, A.; Fisher, W.A.; Belfry, S. & Lashambe, D. R., „Sex, guys, and cyberspace: Effects of internet pornography and individual differences on men's attitudes toward women", *Journal of Psychological and Human Sexuality*, No. 11, 1999, pp. 63-92.

[224] Zillmann, D. & Bryant, J., „Shifting preferences in pornography consumption", *Communication Research*, No. 13 (4), 1986, pp. 560-578.

[225] Koss, M. & Oros, C., „Sexual experiences survey: A research instrument investigating sexual aggression and victimization", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, No. 50, 1982, pp. 455-457.

[226] Check. J. V. P. & Guloien, T. H., „The effects of repeated exposure to sexually violent pornography, nonviolent dehumanizing pornography, and erotica", în Zillmann, D. & Bryan, J. (Eds.), *Pornography: Recent research, interpretations, and policy considerations*, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1989, pp. 159-184.

[227] Wieckowski, E.; Hartsoe, P.; Mayer, A. şi Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns", *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment*, No. 10 (4), 1998, pp. 293–304.

„În cazul lui Ted Bundy, criminal în serie a – posibil – 31 de femei tinere, acesta a declarat în interviul înregistrat video cu câteva ore înainte de execuția lui: «Mă veți executa – ceea ce va proteja societatea de mine. Dar afară sunt mulți, mult mai mulți oameni dependenți de pornografie și în privința acestui lucru nu faceți nimic».

Și, în vreme ce unii comentatori au micșorat legătura făcută de acesta între pornografia agresivă și omuciderile sale sexuale (când spunea că îi alimentau gândurile violente cu privire la femei), pare să nu existe nicio îndoială că Bundy consuma o mare cantitate de materiale pornografice de la cea mai fragedă vârstă, multe dintre ele violente. Legătura fusese deja sugerată, nu numai în interviul cu profesorul James Dobson, dar și documentată de psihiatrul Dorothy Otnow Lewis în vastul său studiu anterior asupra lui Bundy[228] și a istoriei sale."[229]

Violența nu se răsfrânge numai asupra femeilor. Din ce în ce mai mult, copii sunt victimele abuzului sexual cauzat de același consum de pornografie. Aproximativ 93% dintre persoanele care molestează copii au raportat unele fantezii despre comiterea unor infracțiuni sexuale împotriva copiilor. Persoanele care molestează copii au folosit mai multă pornografie la maturitate și cel mai frecvent tip de materiale folosite a fost cel moderat, care a implicat nuditate sau activități sexuale consimțite între adulți. Peste o treime dintre persoanele care au molestat copii au raportat utilizarea de materiale pornografice cu puțin timp înainte de a comite o infracțiune sexuală.[230]

[228] AP dispatch, ianuarie 27, 1989, *Seattle Times* (Wash).

[229] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 11.

[230] Wheeler, D. L., „The relationship between pornography usage and child molesting. Dissertation Abstracts International Section A", *Humanities and Social Sciences*, Vol 57(8-A), 1997, pp. 3691.

Între utilizatorii de pornografie cu copii şi abuzul copiilor există o puternică legătură cauzală, după cum s-a demonstrat într-un studiu care a luat în considerare 155 delincvenţi închişi pentru pornografie infantilă[231]. Concluzia studiului a fost aceea că „nu este util din punct de vedere pragmatic să se mai facă deosebiri între «utilizatorii de pornografie cu copii» şi «cei care abuzează copilul» sau chiar «pedofilii»".[232] Cu alte cuvinte, utilizarea de pornografie cu copii este determinantă pentru dobândirea comportamentului pedofil.

Acesta este, practic, efectul pornografiei: calea cea mai sigură către delincvenţă, calea către degenerarea morală şi alienarea personalităţii umane.

[231] La momentul condamnării, în cazul a 115 dintre subiecţi (74%), nu se ştia să fi avut vreo interacţiune documentată cu vreuna dintre victime. Numărul de victime cunoscute la data condamnării era de 75, o medie de 1.88 victime pentru un infractor. Totuşi, până la sfârşitul tratamentului, numărul de victime care au fost recunoscute a fost 1 777, o medie de 13.56 victime pentru un infractor. De fapt, dintre cei 24 de subiecţi din eşantion, care au negat comiterea infracţiunilor sexuale cu interacţiune la sfârşitul tratamentului, nouă au fost testaţi cu poligraful şi numai doi au trecut testul. Cu alte cuvinte, mai puţin de 2% dintre subiecţii care au intrat in tratament fără a avea antecedente cunoscute de comitere a infracţiunilor sexuale cu interacţiune s-au dovedit a fi folosit doar fotografii pornografice, fără să abuzeze copii.

[232] Bourke, M. & Hernandez, A., „The Butner study redux: A report of the incidence of hands-on child victimization by child pornography offenders", *Journal of Family Violence*, No. 24, 2009, pp. 183-191.

Pornografia constituie un atentat la adresa sănătății poporului român

Bolile cu transmitere sexuală

Potrivit unui număr semnificativ de studii şi cercetări privind relațiile sexuale, pornografia are următoarele efecte:

1. coboară vârsta primului act sexual[233];
2. contribuie la înmulțirea numărului de parteneri sexuali[234];
3. creşte cu 370% probabilitatea angajării în relații sexuale cu prostituate[235];
4. conduce la răspândirea perversiunilor sexuale, în special a aşa-zisului sex anal şi oral.[236]

Toate acestea constituie, însă, principalii factori de risc în răspândirea bolilor cu transmisiune sexuală[237]: sifi-

---

[233] Brown, Jane D. şi Newcomer, S., „Television Viewing and Adolescents' Sexual Behavior", *Journal of Homosexuality*, 1991, pp.21:77-91; Stack, Steven; Wasserman, Ira şi Kern, Roger, „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography", *Social Science Quarterly*, No. 85, 2004, pp. 75-88.

[234] Wingood, Gina M.; DiClemente, Ralph J.; Harrington, Kathy; Davies, Suzy; Hook, Edward W. şi M.Kim Oh, „Exposure to X-rated Movies and Adolescents' Sexual and Contraceptive-related Attitudes and Behaviors", *Pediatrics*, No. 107, 2001, pp. 1116-19.

[235] Stack, S.; Wasserman, I. şi Kern, R., „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography", *Social Science Quarterly*, No. 85, 2004, pp. 75-88 (83).

[236] Rogala, C. şi Tyden, T., „Does Pornography Influence Young Women's Sexual Behavior?" *Women's Health Issues*, 13, No. 1, ianuarie 2003, pp. 39–43; Rogala, C. şi Tyden, T., „Sexual Behavior Among Young Men in Sweden and the Impact of Pornography", *International Journal of STD & AIDS* 15, No. 9, 2004, pp. 590–93; şi Haggstrom-Nordin, E.; Hanson, U. şi Tyden, T., „Associations Between Pornography Consumption and Sexual Practices Among Adolescents in Sweden", *International Journal of STD & AIDS* 16, No. 2, martie 2005, pp. 102–07.

[237] Bonino, S.; Ciairano, S.; Rabaglietti, E. şi Cattelino, E., „Use of Pornography and Self-Reported Engagement in Sexual Violence Among Adolescents", *European Journal of Developmental Psychology*, No. 3, 2006, pp. 265–88; Daluga, Nicole, „A Content Ana-

oricare act sexual, însă, în condiții normale, în cantitățile necesare desfășurării procesului extrem de complex ce presupune actul procreării. Însă, prin întreținerea unei excitații sexuale anormale pe perioade lungi de timp, cu sesiuni mult mai dese decât poate organismul uman să suporte, consumul de pornografie afectează grav dinamica emisiei sau regresiei acestor mediatori ai actului sexual, dar şi a majorității proceselor psihice, nervoase şi organice. Consecințele vor fi imediate şi pe termen lung. Prima consecință este instalarea dependenței, cu toate simptomele specifice sevrajului.

Toate cercetările din domeniul dependenței dovedesc că pornografia acționează asupra acelorași zone corticale ca şi cocaina, heroina şi celelalte droguri de sinteză.[245] Ea deregleează mecanismul emisiei de dopamină şi produce, ca atare, anxietate, depresie, slăbire a memoriei de scurtă durată, a atenției, a motivației şi a concentrării, mergând până la tremur al membrelor şi atac de panică.

La aceste afecțiuni nervoase şi organice contribuie şi glutamatul[246], împreună cu neurotoxinele DOPAL, DOPEGAL[247]. Acestea au un efect excitotoxic, adică influențează distrugerea celulei nervoase. În condiții normale, organismul dispune de mai multe mecanisme pentru a controla aceste procese distructive, însă acestea sunt ineficiente sau blocate pe fondul bombardamentului cu hormoni

[245] Childress, Anna Rose; Ehrman, Ronald N.; Wang, Ze; Li, Yin; Sciortino, Nathan; Hakun, Jonathan; Jens, William; Suh, Jesse; Listerud, John; Marquez, Kathleen; Franklin, Teresa; Langleben, Daniel; Detre, John şi O'Brien, Charles P., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen" Drug and Sexual Cues", *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008, p. 1506.

[246] http://www.sailhome.org/Concerns/Excitotoxins.html

[247] Macarthure, Heathe; Koloe, Lacy L.; Westfalle, Thomas C.; Anwarf, Muhammad; Glicksteinfg, Sara B. şi Ruggierof, David A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo", *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001, pp. 218-227.

produs de excitația și epuizarea sexuală induse de pornografie și actele conexe acesteia.

Organic vorbind, din cauza excesului de cortizon, prolactină și prostaglandină E2, pornografia, corelată cu masturbarea, provoacă slăbirea semnificativă a imunității, atât din cauza efectului adrenalinei, cât și a prostaglandinului E2 și al citokinelor. În mod vizibil, apar dureri de cap, gât, spate, mijloc și în zona glandelor și organelor sexuale. Se evidențiază durerile articulare cauzate de inflamarea acestora.[248]

Ca o consecință firească a suprasolicitării, pornografia are ca efect dereglări majore de ordin sexual: scăderea libidoului, probleme de erecție și ejaculare, lipsa orgasmului și impotență.

În stadii mai avansate ale epuizării sexuale, apar: transpirații abundente, căderea părului, slăbirea vederii, tinitus, probleme digestive, boli de ficat și pancreas. Epuizarea sexuală contribuie la îmbătrânirea prematură, la apariția simptomelor bolii Parkinson și a Alzheimer-ului.[249]

Nivelul ridicat de prolactin constituie un factor major în apariția cancerului de sân[250] și de prostată[251], cele mai

[248] Bar, Karl-Jurgen; Natura, Gabriel; Telleria-Diaz, Alejandro; Teschner, Philipp; Vogel, Regine; Vasquez, Enrique; Schaible, Hans-Georg și Ebersberger, Andrea, „Changes in the Effect of Spinal Prostaglandin E2 during Inflammation: Prostaglandin E (EP1-EP4) Receptors in Spinal Nociceptive Processing of Input from the Normal or Inflamed Knee Joint", *The Journal of Neuroscience*, No. 24(3), 21 ianuarie 2004, pp. 642-651.

[249] http://www.drlin.net/

[250] „New Evidence Of Prolactin's Possible Role In Breast Cancer Uncovered", Thomas Jefferson University, 3 octombrie 2007. *ScienceDaily*, University Of Pennsylvania Medical Center, 23 septembrie 1998. „A Role For Prolactin In Breast Cancer și Prolactin blocks oncogene associated with poor prognosis in breast cancer", în *ScienceDaily* din 4 februarie 2010, Thomas Jefferson University.

[251] Dagvadorj, A.; Collins, S.; Jomain, J.B.; Abdulghani, J.; Karras, J.; Zellweger, T.; Li, H.; Nurmi, M.; Alanen, K.; Mirtti, T.; Visakorpi, T.; Bubendorf, L.; Goffin, V.; Nevalainen, M.T.; „Autocrine prolactin promotes prostate cancer cell growth via Janus kinase-2-signal transducer and activator of transcription-5a/b signaling pathway, *Endocrinology*, No. 148(7), iulie 2007, pp. 3089-101; Epub 5 aprilie 2007 și Harvey, Philip

răspândite după cancerul pulmonar, constituind, de asemenea, a doua cauză de mortalitate prin cancer. Dar chiar comportamentele sexuale pe care le cultivă pornografia constituie în mod direct factori de risc în apariția mai multor tipuri de cancer.

În anul 2002, în urma unei meta-analize, L.K Dennis și D.V. Dawson de la Universitatea din Iowa, S.U.A.[252], au ajuns la concluzia că factorii de risc în apariția cancerului de prostată sunt:

1. bolile infecțioase cu transmitere sexuală[253];
2. creșterea numărului de parteneri sexuali;
3. creșterea frecvenței relațiilor sexuale, peste trei pe săptămână, la vârstă adultă.

De asemenea, într-un vast studiu inițiat de *University of Nottingham Medical School*, la care au colaborat mai multe instituții din Anglia și întreaga lume, s-a ajuns la concluzia că un alt important factor de risc în apariția cancerului de prostată îl constituie masturbarea.[254] Din acest studiu rezultă că persoanele care se masturbează mai des fac cancer de prostată cu o probabilitate cu 79% mai mare decât persoanele care se masturbează rar. Iar cei care se masturbează moderat au un risc cu 70% mai mare de a

W.; Everett, David J.; Springall, Christopher J., „Adverse effects of prolactin in rodents and humans: breast and prostate cancer", *Journal of Psychopharmacology*, No. 24 (9), UK, septembrie 2010.

[252] Dennis, L. și Dawson, D., „Meta-analysis of measures of sexual activity and prostate cancer", *Epidemiology*, No. 13(1), ianuarie 2002, pp. 72-9.

[253] Hayes, R.; Pottern, L.; Strickler, H.; Rabkin, C.; Pope, V.; Swanson, G.; Greenberg, R.; Schoenberg, R.;[6] Liff, J.;[5] Schwartz, A.;[4] Hoover, R.N.; Fraumeni, J., „Sexual behaviour, STDs and risks for prostate cancer", *Br. J. Cancer*, No. 82(3), februarie 2000, pp. 718-725.

[254] Dimitropoulou, P.; Lophatananon, A.; Easton, D.; Pocock, R.; Dearnaley, D.P.; Guy, M.; Edwards, S.; O'Brien, L.; Hall, A.; Wilkinson, R., „Sexual activity and prostate cancer risk in men diagnosed at a younger age", *BJUI International*, 2008.

dezvolta un cancer de prostată în comparaţie cu cei care nu se masturbează deloc.

La femei, cancerul de col uterin este, de asemenea, legat direct de natura comportamentului sexual. Din studiile întreprinse, rezultă că femeile care nu întreţin relaţii sexuale aproape că nu dezvoltă această formă de cancer.[255]

Potrivit Institutului Guvernamental pentru Sănătate din Australia, principalii factori de risc în apariţia cancerului de col uterin sunt:

- relaţiile sexuale la vârste mici, posibil înainte de 15 sau 16 ani;
- relaţiile sexuale cu mai mulţi parteneri sexuali;
- mai cu seamă dacă şi aceştia practică acelaşi libertinaj sexual sau perversiuni.[256]

Alături de contaminarea cu humano papiloma virus, care este suspectat că favorizează dezvoltarea acestui tip de cancer, cercetări mai noi au descoperit că prostaglandina E2, prezent în lichidul seminal sau produs în exces în situaţiile de epuizare sexuală, joacă în mod cert un rol semnificativ în dezvoltarea ţesuturilor maligne în interiorul colului uterin.[257]

[255] http://www.womhealth.org.au/studentfactsheets/cervicalcancer.htm

[256] Australian Institute of Health and Welfare Canberra, *Cervical screening in Australia*. 2006–2007, 2009, disponibil la adresa: http://www.aihw.gov.au/publications/can/can-43-10676/can-43-10676.pdf

[257] Sales, K.J.; Katz, A.A.; Davis, M.; Hinz, S.; Soeters, R.P.; Hofmeyr, M.D.; Millar, R.P. şi Jabbour, H.N., „Cyclooxygenase-2 Expression and Prostaglandin E2 Synthesis Are Up-Regulated in Carcinomas of the Cervix: A Possible Autocrine/Paracrine Regulation of Neoplastic Cell Function via EP2/EP4 Receptors", *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, No. 5, vol. 86, pp. 2243-2249; şi Battersby, S.; Sales, K.J.; Williams, A.R.; Anderson, R.A.; Gardner, S. şi Jabbour, H.N., „Seminal plasma and prostaglandin E2 up-regulate fibroblast growth factor 2 expression in endometrial adenocarcinoma cells via E-series prostanoid-2 receptor-mediated transactivation of the epidermal growth factor receptor and extracellular signal-regulated kinase pathway S", *Human Reproduction*, No. 1, vol. 22, 2007, pp. 36-44; şi Muller, Melissa; Sales, Kurt

Atât la bărbați, cât şi la femei, perversiunile conduc la apariția cancerului anal[258] şi a cancerului de gât şi cap. Dintr-un studiu la care au participat şapte instituții şi universități din Anglia, Germania, Australia şi America, rezultă în mod clar că tot mai frecventa apariție a cancerului de gât şi cap este strâns legată de răspândirea perversiunii sexului oral.[259]

Într-un alt studiu, s-a constatat că incidența acestui tip de cancer creşte odată cu mărirea numărului aşa-zişilor parteneri sexuali. În situația relațiilor sexuale desfăşurate cu un număr de peste şase parteneri pe perioada întregii vieți, cresc de 8,6 ori şansele dezvoltării cancerului de gât şi cap.[260]

J.; Katz, Arieh A. şi Jabbour, Henry N., „Seminal Plasma Promotes the Expression of Tumorigenic and Angiogenic Genes in Cervical Adenocarcinoma Cells via the E-Series Prostanoid 4 Receptor", *Endocrinology*, No. 7, Vol. 147, pp. 3356-3365.

[258] Daling, J., Weiss, N.; Hislop, T.; Maden, C.; Coates, R.; Sherman, K.; Ashley, R.; Beagrie, M., „Sexual Practices, Sexually Transmitted Diseases and the Incidence of Anal Cancer", *N. Engl. J. Med*, No. 317, 15 octombrie 1987, pp. 973-977.

[259] D'Souza, G.; Kreimer, R.; Viscidi, R.; Pawlita, M.; Fakhry, C.; Koch, W.; Westra, W.; Gillison, M., „Case–Control Study of Human Papillomavirus and Oropharyngeal Cancer", *N. Engl. J. Med*, No. 356, 2007, pp. 1944-56.

[260] Heck, J.; Berthiller, J.; Vaccarella, S.; Winn, D.; Smith, E., „Sexual behaviours and the risk of head and neck cancers: a pooled analysis", International Head and Neck Cancer Epidemiology (INHANCE) consortium, *International Journal of Epidemiology*, 2009.

Cum ne afectează pornografia dezvoltarea şi funcţionarea creierului

Cum să ne putem explica forţa extraordinară pe care pornografia o manifestă în captivarea atenţiei, în modificarea gândirii şi a comportamentului până la nivele similare spălării creierului? Neuropsihologia ne vine în întâmpinare, oferindu-ne schema mecanismului general prin care acţionează mesajul pornografic. Mai întâi, trebuie să observăm faptul că vizionarea pornografiei dă peste cap întregul organism uman prin avalanşa de neurotransmiţători şi de hormoni pe care o pune în mişcare. Incitând instinctul sexual, pornografia creşte în creier, dar şi în restul organismului, nivelul concentraţiei de dopamină, testosteron, adrenalină, cortizon, serotonină, oxitocină, feniletilamină, prostaglandină E2 etc.[261] În acest fel, întregul sistem nervos, precum şi trupul omului până la ultima sa celulă, vor fi afectate de pornografie. Consecinţele?

În faţa filmului pornografic, creierul reacţionează ca şi cum tu ai fi cel implicat în actul sexual

Am putut constata mai înainte că femeile percep vizionarea de pornografie ca pe un adevărat adulter, chiar dacă soţul nu a cunoscut trupeşte niciodată o altă femeie. Este un lucru pe care femeile îl resimt cu toată fiinţa

---

[261] Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain", pp. 20, 21.

lor, chiar dacă sunt străine de morala creştină. Fenomenul este explicat de neuropsihologia modernă. „Doctorii Restak, Edward Sheridan, MacLean şi alţi specialişti sunt de acord că resursele ştiinţifice nu găsesc nici un instrument pentru a face o deosebire între imaginile reale şi fanteziile media. Creierul procesează imaginile neobişnuite văzute de ochi ca fiind reale. De aceea, se pot obţine stări măsurabile de excitaţie cunoscute drept poftă carnală, ruşine, frică şi altele similare, indiferent dacă persoana priveşte o imagine pornografică «virtuală» sau una reală. Paul MacLean afirmă că, atunci când etnologii folosesc un animal-marionetă, o momeală în cadrul experimentelor desfăşurate în laborator sau pe teren, marioneta – sau chiar numai un *fragment de marionetă* – îi determină pe ceilalţi indivizi de aceeaşi specie să se angajeze într-o «formă instinctuală de comportament (sexual) cu animalul (...) Într-adevăr, o simplă «nălucă» este uneori suficientă pentru a declanşa întregul act de copulaţie."[262]

Mai mult, cercetări mai noi au scos în evidenţă şi explicaţia acestui fenomen: este vorba de neuronii oglindă, localizaţi în zone specifice ale creierului, cu precădere în girul frontal inferior şi lobul parietal inferior.[263] „Neuronii-oglindă sunt un sistem de celule motorii care se activează când observaţi o acţiune (comportament). Dacă vedeţi pe cineva ridicând un stilou, neuronii care vor corespunde acţiunii de ridicare a stiloului întreprinse de el sau de ea se activează şi în creierul dvs. Denumite iniţial «maimuţa vede,

[262] Afirmaţia lui Paul MacLean în Goleman, Daniel şi Davidson, Richard (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, New York, Harper and Row, 1979, p. 26. *Apud.* Reisman, J., *op. cit.*, p. 10.

[263] H. Mouras, S Stoleru, V. Moulier, *Activation of mirror neuron system by erotic video clips predicts degree of induced erection: an MRI study*, NeuroImage 42, nr. 3, 2008, p. 1142-1150.

maimuța face», deoarece au fost descoperite în urma unui experiment efectuat pe maimuțe, aceste celule acționează ca nişte oglinzi. E ca şi cum cortexul ar spune «Şi eu pot face asta» şi oglindeşte modul în care ar acționa. [...] Aceştia sunt localizați în aceleaşi regiuni corticale implicate în dezvoltarea limbajului şi detectarea emoțiilor la persoanele din jur. Când vezi expresia feței cuiva căruia îi este frică, aceeaşi stare emoțională îți este provocată şi ție.

In ce măsură neuronii-oglindă au legătură cu pornografia? Gândiți-vă ce se întâmplă cu neuronii oglindă când bărbații şi femeile privesc un material video pornografic. Creierul reacționează ca şi cum tu ai fi cel implicat în actul sexual. Vizualizarea unui film pornografic creează o experiență neurologică în care persoana participă sau experimentează în mod direct acțiunea pe care o priveşte. Aşadar, când un bărbat se uită la un film pornografic, acesta se identifică din punct de vedere neurologic cu actorii din film. Pentru a face față excitării pe care o creează vizionarea, creierul oglindeşte şi amplifică excitarea, provocând o tensiune sexuală şi mai mare. Libidoul este alimentat şi mai mult, necesitând descărcarea."[264]

Forța hipnotică a imaginilor pornografice

Într-adevăr, cel puțin bărbaților le este destul de greu să nu stăruie cât de puțin asupra unei imagini pornografice atunci când o întâlnesc. Explicația o aflăm în studiile privind creierul emoțional. Se pare că rețelele neuronale ale acestui creier au o anumită autonomie față de ne-

[264] M. William Struthers, *op.cit.*

ocortex, adică față de procesele de gândire rațională, de analiză și discernământ. Eroul principal al acestui așa-zis creier emoțional este corpul amigdalian (cu totul altceva decât amigdalele situate în gât): locul din creier unde sunt procesate emoțiile, responsabil cu sentimentele de plăcere și durere, de frică puternică și de dorință sexuală.

„Din primele milisecunde în care percepem ceva, arată Goleman, nu doar că înțelegem inconștient despre ce este vorba, dar ne-am și hotărât dacă ne place sau nu; «inconștientul cognitiv» prezintă conștientului nostru nu doar identitatea a ceea ce am văzut, ci și o opinie în legătură cu aceasta. Emoțiile noastre au o «minte» proprie, una care poate avea păreri destul de independente de mintea rațională. Aceste opinii inconștiente sunt amintiri emoționale; ele sunt depozitate în corpul amigdalian, (...) acel sistem de alertă care ajută organismul să reacționeze prin fugă sau luptă în situații care amenință viața, dar care și înregistrează în memorie acel moment, cu maximă acuratețe (...) Cu cât este mai intensă excitația corpului amigdalian, cu atât mai puternică este înregistrarea; experiențele care ne sperie sau ne marchează cel mai mult în viață fac parte din amintirile noastre de neșters. Acest lucru înseamnă că, practic, creierul are două sisteme de memorare: unul pentru evenimentele obișnuite și unul pentru cele cu încărcătură emoțională."[265]

Așadar, după cum demonstrează Le Doux, există anumite căi neuronale prin care sentimentele și emoțiile puternice ocolesc neocortexul. „Acest circuit explică în mare măsură puterea emoțiilor ce copleșesc raționalul (...) Le Doux a descoperit ceva similar unei alei neuronale lăturalnice,

[265] Goleman, D. și Davidson, R. (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, pp. 20-21.

care permite amigdalei să primească semnale direct de la simțuri și să formuleze un răspuns *înainte* ca aceste semnale să fie complet înregistrate de neocortex (...) Amigdala ne poate determina să reacționăm rapid, în vreme ce mai lentul neocortex dezvoltă un plan rafinat de reacție."[266]

Și totuși, chiar dacă în primul moment imaginea pornografică sau sentimentul unei frici puternice ne copleșește, în secunda următoare, prin controlul conștient al neocortexului, putem refuza vizionarea. Acest lucru se întâmplă dacă omul a dobândit exercițiul controlului, în fond, controlul rațional al emoțiilor puternice. Dacă nu există acest exercițiu, omul este înclinat să dea prioritate emoției, așa cum se întâmplă atunci când oamenii au antrenamentul vizionării TV sau a navigării pe internet când crește probabilitatea de a te lăsa furat de emoția puternică și excitația sexuală pe care imaginea pornografică o produce. Iar acest lucru, se produce mai cu seamă atunci când emoția atinge acel grad în care poate înăbuși gândirea rațională, blocând capacitatea de analiză și de decizie, vorbirea și înțelegerea rațională a situației parcurse. Furia, bucuria puternică, o catastrofă produsă de un incendiu sau de cutremur sunt momentele în care cei mai mulți dintre noi avem ocazia de a experimenta blocajul pe care amigdala îl realizează asupra proceselor raționale procesate de neocortex.[267]

Faptul că emoțiile pot fi percepute independent de procesele cognitive desfășurate în neocortex ne este dovedit și de cercetările efectuate de Sally Springer și Georg Deutsch de la State University din New York, la Stony Brook. Cunoscut fiind faptul că emisfera dreaptă se ocupă de procesarea

---

266 *Ibidem.*, p. 18.

267 Fincher, Jack, *The Brain: Mystery of Matter and Mind*, Torstar Books, New York, 1984, p. 92.

imaginilor şi a gândirii simbolice, iar cea stângă guvernează gândirea analitică şi logică, cei doi cercetători au realizat mai multe experimente cu persoane care, din diferite motive, aveau întreruptă puntea care uneşte cele două emisfere.

„Unei paciente care avea întreruptă legătura între cele două emisfere cerebrale i s-a cerut să-şi fixeze atenţia asupra unui punct de pe un ecran. O femeie dezbrăcată a apărut o fracţiune de secundă în stânga punctului. N.G. a roşit un pic şi a început să chicotească. A fost întrebată ce a văzut. Ea a spus: «Nimic, doar o scânteiere de lumină» şi a chicotit din nou, acoperindu-şi gura cu mâna. «Atunci de ce râdeţi?» a întrebat-o cercetătorul. «Ce aparat aveţi, d-le doctor...» a spus ea."[268] Creierul drept al lui N.G. a reacţionat emoţional – a roşit, a chicotit, şi-a acoperit gura cu mâna – jenată de fotografia nudului, în pofida faptului că emisfera stângă a creierului îşi pierduse capacitatea de a explica de ce simte jenă la vederea, timp de o milisecundă, a imaginii cu nudul."[269]

Prin urmare, în momentul în care vizionăm involuntar o imagine pornografică, se naşte o adevărată luptă între creierul emoţional şi cel raţional. Dacă întârziem să venim în sprijinul raţiunii îndreptându-ne în altă parte privirea, putem lesne să fim biruiţi. Iar creatorii de pornografie ştiu bine acest lucru.

Ce determină însă consumul de pornografie?

Este adevărat că, odată surprinşi de imaginea pornografică, ne vine destul de greu să ne învingem spontan

[268] Springer, Sally şi Deutsch, Georg, *Left Brain, Right Brain*, W.H. Freeman, San Francisco, 1981, pp. 29-34. *Apud*. Reisman, J., *op. cit.*, p.16.

[269] J.A. Reisman, *op. cit.*

curiozitatea şi instinctul cu ajutorul raţiunii. Ce-i face însă pe mulţi oameni să se întoarcă la această experienţă, care, din punct de vedere sufletesc şi emoţional, este puternic traumatizantă?

O anchetă realizată în 2005 a arătat că adolescenţii care au întâlnit întâmplător pornografie, mai cu seamă pe internet, erau de 2,5 ori mai predispuşi să caute ei singuri site-uri pornografice decât cei care nu văzuseră deloc pornografie.[270] Aşadar, deşi la primul contact cu pornografia adolescenţii manifestă ruşine, furie şi dezgust, ulterior, ca şi cum ar fi fost virusaţi, caută ei înşişi vizionarea de material pornografic. Explicaţia fenomenului ne este dată tot prin intermediul neuropsihologiei. Se pare că expunerea la mesajul pornografic are capacitatea de a forma puternice conexiuni neuronale.

„La fel cum într-o pădure se creează o potecă cu fiecare excursionist ce trece pe acolo, tot aşa se vor crea conexiuni neuronale de fiecare dată când o imagine erotică este vizualizată. Cu timpul, aceste poteci neuronale devin tot mai «largi» pe măsură ce sunt «bătătorite» cu fiecare expunere la pornografie. Interacţiunile cu persoanele de sex feminin vor avea loc automat prin intermediul acestor conexiuni. Circuitul neuronal fixează temeinic acest proces în creier. Cu fiecare privire aţintită, pornografia sapă în creier un defileu similar Marelui Canion, prin care trebuie să curgă imagini cu femei. Toate femeile devin potenţiale actriţe porno în mintea acestor bărbaţi. Fără să-şi dea seama, în mintea lor s-a creat un circuit neurologic care le limitează capacitatea de a vedea femeile în mod firesc, aşa cum le-a creat Dumnezeu.

[270] M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

Expunerea repetată la pornografie creează, aşadar, o «superautostradă» neurologică cu sens unic, iar viaţa mentală a bărbatului este supra-sexualizată şi limitată. Este împrejmuită pe ambele părţi de nişte ziduri înalte, făcând evadarea aproape imposibilă. Această superautostradă neurologică are multe rampe de acces, dar o singură ieşire. Viaţa mentală ajunge să se concentreze numai asupra sexului".[271]

Pe acest mecanism de învăţare se bazează întreaga pornografie. Astfel, în momentul în care vizionăm un film pornografic în care o situaţie oarecare preluată din lumea reală este asociată cu actele sexuale, devine foarte posibil ca atunci când vom întâlni în viaţa reală o situaţie asemănătoare, să ne raportăm erotic la ea, iar acest fenomen este direct proporţional cu gradul în care ne-am implicat iniţial în scenariul pornografic vizionat. Astfel, prin intermediul filmelor pornografice, traseele plăcerii erotice ajung să se extindă precum plasa de păianjen pe o suprafaţă tot mai mare din posibila experienţă cotidiană a omului zilelor noastre. În limbaj psihologic, acest tip de asociaţie este numit fetişizare. Am văzut că în experimentele de laborator probabilitatea ca efectul de condiţionare sexuală să se realizeze în urma expunerii la materiale pornografice este 100%. Filmuleţul cu cele două fete îmbrăcate în costum de cercetaş, care încep prin a face un sondaj de opinie şi sfârşesc într-o orgie sexuală, e suficient de relevant. Persoanele care l-au vizionat o dată sau de mai multe ori vor fi tentate să intre în rolul din film atunci când vor întâlni o situaţie asemănătoare în viaţa lor. Altfel, vor trebui să îndure tensiunea unei excitaţii sexuale care îşi cere hormonal descărcarea.

[271] M. William Struthers, *op.cit.*

Aşadar, producătorii scenariilor pornografice se folosesc de cele mai noi descoperiri ale psihologiei şi neuropsihologiei experimentale pentru a-şi arunca plasa asupra minţii oamenilor, pentru a-i face pe cât mai mulţi dependenţi de producţia lor de perversiuni, violenţă sexuală şi groază circumscrise de ceea ce numim pornografie.

De ce imaginile pornografice sunt mult mai eficiente decât oricare alte imagini în a se înscrie profund în memoria noastră, scrijelind un traseu în scoarţa noastră cerebrală? Cauza o aflăm studiind mulţimea de hormoni şi neurotransmiţători pe care o induce mesajul pornografic.

Pornografia creează o dependenţă de ordin chimic (psihofarmacologică)

Experienţele realizate cu tomograful cu emisie de pozitroni demonstrează că pornografia acţionează prin aceleaşi mecanisme neurologice ca şi drogurile şi chiar asupra aceloraşi zone din creier.[272] Spre exemplu, când este puternic activată Zona Ventrală Tegumentară (VTG) se eliberează în creier o mare cantitate de dopamină. Acesta ar fi principalul mecanism prin care materialele pornografice şi drogurile generează dependenţa. Dopamina este neurotransmiţătorul care ne spune ce este important pentru noi, ne orientează atenţia, ne direcţionează energia către un comportament sau către un stimul care ar fi vital sau semnificativ pentru viaţa noastră. Însăşi emi-

[272] Childress, Anna Rose; Ehrman, Ronald N.; Wang, Ze; Li, Yin; Sciortino, Nathan; Hakun, Jonathan; Jens, William; Suh, Jesse; Listerud, John; Marquez, Kathleen; Franklin, Teresa; Langleben, Daniel; Detre, John şi O'Brien, Charles P., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen" Drug and Sexual Cues", *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008, p. 1506.

sia acestui neurotransmițător constituie recompensa pe care o anunță creierul prin starea de destindere, de euforie și plăcere pe care o produce atunci când ne angajăm într-un comportament considerat plăcut sau necesar: o masă bună atunci când ne e foame, a bea un pahar cu Fanta atunci când ne e sete, în condițiile în care deja a fost condiționată dependența de acest suc etc. Mâncatul și reprezentarea mâncării celei mai bune, băutul și anticiparea băuturii celei mai plăcute, dorința sexuală și direcția în care aceasta este îndreptată sunt moderate prin emisia de dopamină, care ne spune ce anume e plăcut și cât de mult să ne angajăm în comportamentul respectiv.

Sistemul recompensator, care are la bază producția de dopamină, este esențial pentru existența omului. De aceea, dereglările survenite în acest sistem conduc la boli precum deficitul de atenție, depresia, comportamentele obsesiv-compulsive, parkinsonul și schizofrenia. Având în vedere acest lucru, atunci când există un comportament care stimulează producția de dopamină, producând o stare de euforie sau de plăcere puternică, repetarea acestui comportament poate declanșa dependența. Creierul se învață cu acel stimul și-l cere continuu pentru a-și păstra starea de bine.

De fapt, problema constă în faptul că atât drogurile, cât și pornografia sau alte comportamente pasionale (compulsive), cum ar fi jocul de cărți sau chiar shopping-ul compulsiv, inundă creierul cu o cantitate mult prea mare de dopamină, ceea ce conduce la dereglarea sistemului dopaminergic.[273] Pe de o parte, emisia puternică

[273] Dalley, J.W. et. al., „Neurobehavioral mechanisms of impulsivity: Fronto-striatal systems and funcțional neurochemistry", *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, 2008, pp. 237-48.

de dopamină determină dependența de acel comportament, pe de altă parte, creierul se adaptează noii situații (neuroadaptare), reducând sensibilitatea receptorilor (numărul receptorilor care răspund la dopamină), ceea ce înseamnă apariția unor schimbări pe termen lung în circuitul recompensator.[274] Dereglarea poate să se mențină luni de zile și chiar ani după încetarea consumului de droguri sau a comportamentului care a indus-o.

Efectele sunt dramatice: „odată ce creierul devine mai puțin sensibil la dopamină, el «devine mai puțin sensibil la factori naturali de stimulare, spune Volkow, precum «plăcerea de a vedea un prieten, de a urmări un film, curiozitatea care determină explorarea.» Singurii stimuli rămași suficient de puternici pentru a activa circuitul motivațional, spune ea, sunt drogurile."[275]

În cazul nostru, pornografia e cea care produce această dereglare a sistemului de recompensă, adică slăbește atenția și motivația, accentuează anxietatea și depresia. Individul tinde să se reîntoarcă la pornografie – unul dintre puținele comportamente care-l mai pot motiva, care-i pot reduce tensiunea interioară sau depresia.

De ce trebuie să se recurgă la materialul pornografic și nu la alt comportament compulsiv care, la rândul său, poate stimula secreția de dopamină? Acest neurotransmițător împreună cu noradrenalina nu numai că ne atrage atenția asupra anumitor evenimente semnificative, dar și ajută omul să le „învețe să le recunoască *și, în anumite cazuri, să le repete.*"[276] Așadar, dopamina joacă un rol esențial în învățare, în deprinderea unor tipare comportamentale.

---

[274] *Science* din 2 noiembrie 2001.

[275] J.A. Reisman, *op. cit.*

[276] *Science*, 1997.

Cu cât emoția e mai puternică, cu cât e mai mare cantitatea de dopamină secretată de Aria Ventrală Tegumentară, cu atât mai pregnantă va fi imprimarea comportamentului respectiv în memoria individului şi, desigur, atracția către repetarea sa. E vorba de un traseu neuronal nou, dar cu un profil foarte proeminent care, pe măsură ce se repetă comportamentul, se adânceşte şi se lărgeşte tot mai mult.

În cazul pornografiei, experiența este învățată cu rapiditate atât pentru cantitatea mare de dopamină emisă, cât şi pentru faptul că toți ceilalți hormoni eliberați în organism în urma excitației sexuale dau un impact emoțional deosebit actului respectiv. De exemplu, în cazul vizionării pornografiei, apare o creştere a nivelului dopaminei, dar şi a testosteronului. Mărirea nivelului de testosteron însă, produsă în mod direct de actul excitatoriu, comandă la rândul ei creşterea cantității de dopamină, indicând prin aceasta comportamentul sexual de descărcare a tensiunii acumulate. În acest moment, descărcarea prin actul sexual sau prin masturbare va fixa cu putere experiența respectivă în memorie, căci experiența va fi însoțită atât de o revărsare puternică de dopamină şi oxitocină (hormon care consolidează legătura), cât şi de o blocare a amigdalei, adică eliberarea totală de tensiunea anxioasă pe care aceasta o generase până la momentul producerii orgasmului. Această experiență este atât de intensă, încât e capabilă să scrijelească un traseu adânc în cortexul nostru, traseu pe care vom tinde să-l urmăm şi cu alte ocazii. În toate studiile se demonstrează faptul că masturbarea e aceea care accelerează procesul de dependență.

Efectele suprastimulării sexuale şi ale masturbării produse de pornografie

MĂRTURIE: „Mă cheamă John şi am aproape 17 ani.

În ţara mea, nouă, copiilor ni se spune că masturbarea este sigură şi că poţi să o faci toată ziua fără niciun efect secundar. Am crezut acest lucru până de curând. De ce ne spun aceste lucruri dacă nu sunt adevărate? Dacă se ştie adevărul, de ce nu este publicat şi acceptat în lumea medicală?

M-am masturbat – am crezut că e ceva normal – încă de când am împlinit aproximativ 12 ani... În cele din urmă, o făceam în fiecare zi, de multe ori cu poze pornografice. Uneori simţeam nevoia să urinez după ejaculare, dar apoi simţeam o durere intensă, fără însă să urinez mult. Durerea dispărea după aproximativ 40 de minute şi nu era atât de deasă (o dată la câteva săptămâni). Am căutat pe *Google*. Mulţi alţi băieţi aveau aceeaşi problemă şi spuneau că e ceva normal şi că nu e motiv de îngrijorare.

Din cauza problemelor de sănătate, de anul trecut nu mă mai masturbez atât de des. Numai aproximativ de două ori pe săptămână. Iar de acum înainte, nu vreau să mă mai masturbez vreodată.

De 8 luni încoace, am mai multe simptome. Iată care sunt cele mai importante: a început cu o durere în braţe şi degete. La început, am crezut că provine de la cântatul la chitară, dar terapia nu a ajutat. De asemenea, calmantele nu au ajutat în niciun fel. Acum am dureri în spate (în ceafă şi uneori mai jos) şi mă doare

când îmi ating coastele. Apoi, sufăr de dureri de prostată (medicii nu ştiau în niciun moment ce se petrece), dureri ale testiculelor şi penisului; de asemenea, ale picioarelor. Dureri mari de spate (partea inferioară); durerea de prostată mă omora şi când eram aşezat.

Am avut pe urmă dureri de cap, contracţii ale muşchilor, dureri de dinţi, urechi, uneori, şi bâzâit în urechi. Oboseală, anxietate, coşmaruri urâte, senzaţie de răceală, atacuri de panică, uneori febră (38.5°C) numai pentru două ore. De Crăciun, am avut probleme foarte mari de mers: se auzeau trosnituri ale încheieturilor. De asemenea, am o atrofie a pielii. Durerile se mutau dintr-o parte în alta şi niciodată în toate locurile deodată.

Medicii neurologi nu au descoperit nimic: mi-au scanat spatele şi creierul cu MRT (Rezonanţă magnetică nucleară), mai multe teste de sânge – şi nimic. Au spus că e ceva psihosomatic. La rândul lor, urologii nu au descoperit nimic. Părinţii mei cred că este borelioză sau fibromialgie.

Sunt o persoană nu foarte înaltă: 1.60 m înălţime. O greutate de 64 kg. Degete mici... Oare înălţimea şi lungimea atât de mici ale corpului meu sunt cauzate de lipsa hormonilor de creştere sau de lipsa testosteronului provocată de masturbare? Oare se poate rezolva această problemă până când împlinesc 21 de ani (voi mai putea creşte până la mărimea dată de gene?) sau m-am transformat singur într-un pitic şi este prea târziu? Epuizarea sexuală are vreo limită sau voi suferi până la sfârşitul vieţii mele (sunt speriat de moarte şi atât de depresiv)?

Vă rog să-mi răspundeţi!" 01/29/2008[277] ■

http://www.actionlove.com/cases/case15655.htm

Suprastimularea sexuală, precum şi masturbarea frecventă distrug întregul echilibru organic, nervos şi psihologic al celui care consumă pornografie.

Oamenii consumă pornografie ademeniţi de plăcerea facilă pe care aceasta o provoacă. Înşelarea este însă pe măsura aşteptărilor, căci pornografia doar promite plăcere şi relaxare, conducând însă la un stres teribil şi la depresie.

„Pornografia mai mult excită decât satisface, susţine dr. Doidge, pentru că avem două sisteme separate de agrement în creierul nostru, unul care are de-a face cu plăcerea care excită şi unul cu plăcerea care satisface. Sistemul excitant se referă la plăcerea „apetitivă" cu care primim imaginile pe care le dorim, cum ar fi sexul sau o masă bună. Neurochimia sa este în mare măsură legată de dopamină şi ridică nivelul nostru de tensiune."[278]

Şi, pentru că nivelul de anxietate produs de pornografie e extrem de ridicat, apare nevoia iminentă a descărcării acesteia prin relaţia sexuală. Acest lucru nu este posibil, nu numai pentru că bărbatul sau femeia se află în general singuri în faţa ecranului, ci şi pentru că excitaţia e produsă de imaginile personajelor din film şi nu de o persoană aflată în apropiere. Prin urmare, mai devreme sau mai târziu se ajunge la masturbare. Ejacularea sau orgasmul produs ţin de sistemul de plăcere al consumului efectiv, care se bazează pe eliberarea de endorfine ce oferă „o stare de plăcere calmantă, o fericire paşnică şi euforică." [279]

[278] N. Doidge, The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain *Science* (New York: Viking, 2007), p. 108.

Idem.

Pornografia nu poate fi separată de masturbare

Căci nu se poate ca cineva să se excite sexual vizionând pornografie fără a suferi transformările organice corespunzătoare iminenței unui act sexual; aceasta înseamnă că nici nu va putea evita prea mult descărcarea orgasmică pe care o cer nivelele crescute de hormoni sexuali. Majoritatea consumatorilor de pornografie ajung, mai devreme sau mai târziu, să se masturbeze constant. Cercul vicios este una dintre trăsăturile fundamentale ale consumului de pornografie. Dacă se evită masturbarea, urmează suferința nervoasă şi psihică la care conduce excitația sexuală. Dacă se apelează la masturbare, dereglările organice şi psihice vor fi cu mult mai grave, căci numai în prima fază şi doar parțial aceasta va procura plăcerea aşteptată. Nefiind întemeiată pe relația afectivă interpersonală, masturbarea nu e capabilă să producă suficiente endorfine, oxitocină şi prolactin pentru a asigura liniştea şi relaxarea căutată. Aceasta înseamnă că totdeauna va rămâne un rest de tensiune frustrantă, care va proiecta individul către repetarea comportamentului, cu consecința adâncirii stării de neîmplinire şi depresie.

Problema principală pe care o ridică pornografia este aceea că efortul psihologic, nervos şi organic pentru menținerea excitării sexuale la un nivel înalt şi pentru suportarea unei frecvențe crescute a masturbării sau a ejaculării în cazul bărbatului e mult mai mare decât organismul uman este pregătit să-l suporte. În mare parte, aceleaşi simptome şi dereglări apar ca şi în cazul consumului de droguri şi a stresului excesiv, întins pe o perioadă lungă de timp.

În linii mari, suprastimularea sexuală prelungită şi

la aşa-zisul sindrom al epuizării sexuale, ceea ce înseamnă dureri fizice, tulburări psihologice, scăderea imunităţii, distrugerea celulei nervoase şi îmbătrânire prematură.

Înseşi funcţiile sexuale vor fi perturbate major, atât la nivel hormonal cât şi în dinamica dispoziţiei şi a realizării actului sexual, cum ar fi la bărbaţi problemele erectile şi ejacularea precoce, până la impotenţă, începând chiar cu vârste de 25-30 de ani, în funcţie de frecvenţa masturbării şi de vârsta debutului consumului de pornografie.

Epuizarea sexuală şi dereglările axei hipotalamus –hipofiză – suprarenale – testicule/ ovare

Simptomele epuizării sexuale sunt legate direct de disfuncţiile apărute la nivelul axei hipotalamus – glanda pituitară (hipofiza) – glanda adrenală (suprarenalele), glande sexuale (testicule sau ovare). Hipotalamusul este locul din creier unde se află centrii foamei, ai setei şi ai reproducerii sexuale. El dă semnalele care modulează prin glanda hupofiză secreţia mai multor hormoni, printre care şi cei sexuali. Glanda adrenală sau suprarenelele secretă, în principal, epinefrina şi norepinefrina, cunoscute şi ca adrenalina şi noradrenalina, precum şi o mică cantitate de estrogen şi testosteron, restul hormonilor sexuali fiind secretaţi la nivelul testiculelor şi al ovarelor. Toţi aceşti hormoni sunt implicaţi atât în procesul reproductiv, cât şi în dezvoltarea şi funcţionarea organismului uman în general. Spre exemplu, testosteronul joacă un rol important

cazul bărbaţilor. Adrenalina[280] este hormonul care ne susţine în momentele de efort, în cazurile de stres – teamă, luptă sau fugă, dar joacă un rol important şi în procesul de excitaţie sexuală sau în memoria actelor sexuale.

Noradrenalina[281] este implicată în reglarea funcţiilor cognitive pe calea cortexului cerebral, a funcţiilor afective prin intermediul sistemului limbic, a funcţiilor endocrine şi autonome (ale sistemului nervos vegetativ) prin intermediul hipotalamusului. Noradrenalina mediază excitarea. Prin urmare, ea joacă un rol important în procesul de învăţare, contribuind, de asemenea, la alegerea stimulilor importanţi pe care îi consideră demni de o analiză ulterioară.

Deşi joacă un rol atât de important în organism, atât adrenalina, cât şi noradrenalina, când sunt produse în cantităţi foarte mari şi pe termen lung, pot afecta grav sănătatea omului. Acest lucru se petrece în cazul suprastimulării sexuale deoarece cantitatea celor doi hormoni-neurotransmiţători rămâne crescută foarte mult şi după încheierea contactului sexual. În condiţiile unei vieţi sexuale normale, organismul are timpul necesar de a se reface în urma unui act sexual, însă consumul de pornografie intervine în acest proces, întreţinând o stare de excitare extremă, pe perioade lungi de timp, cu o frecvenţă din ce în ce mai mare de repetare a sesiunilor, cu mai multe or-

[280] Eliberarea acestui hormon în organism contribuie la creşterea ritmului cardiac, a presiunii sanguine, la dilatarea bronhiilor şi producerea masivă de energie prin arderea lipidelor şi prin sinteza glucozei. Creşte circulaţia sângelui la nivelul sistemului nervos central, în cadrul căruia joacă şi funcţia de transmiţător neuronal; cuplat cu proteina-G, joacă un rol intermediar şi de activator al receptorilor nervoşi.

[281] Noradrenalina (NA) este un hormon adrengenic cu rol vasoconstrictor la nivelul Sistemului Nervos Central, măreşte contractilitatea cordului. În acelaşi timp, este şi un neurotransmiţător postganglionar al neuronilor simpatici. În creier, neuronii care o

utilizează şi o sintetizează cel mai mult se află în trunchiul cerebral.

gasme şi ejaculări săptămânale şi chiar zilnice, mai ales în cazul masturbării.

Epuizarea sexuală distruge celula nervoasă, producând pierderi de memorie, dureri de cap şi o îmbătrânire prematură

Excitaţia sexuală creşte cantitatea de neurotransmiţători – dopamină, glutamat[282], noradrenalină şi adrenalină –, precum şi prostaglandină E2 până la nivelul la care acestea devin toxice pentru celula nervoasă, distrugând-o.

Cantitatea excesivă de dopamină şi noradrenalină produse de suprastimularea sexuală sau de masturbare[283] atrage după sine acţiunea enzimei monoamina oxidaza (MAO), care reduce dopamina[284] şi noradrenalina, convertindu-le prin deaminare în DOPAL[285] şi DOPEGAL. Astfel ştie creierul să se protejeze în faţa excesului acestor neurotransmiţători. Din păcate, însă, aceşti doi metaboliţi ai neurotransmiţătorilor amintiţi, DOPAL şi DOPEGAL, sunt extrem de toxici pentru celula nervoasă.[286] Cercetările

[282] Hull, Elaine M.; Dominguez, Juan M., „Getting his act together: roles of glutamate, nitric oxide and dopamine in the medial preoptic area", *BRAIN RESEARCH*, No. 1126, 2006, pp. 66 – 75.

[283] Atât stresul excesiv, cât şi drogurile produc exact acelaşi efect.

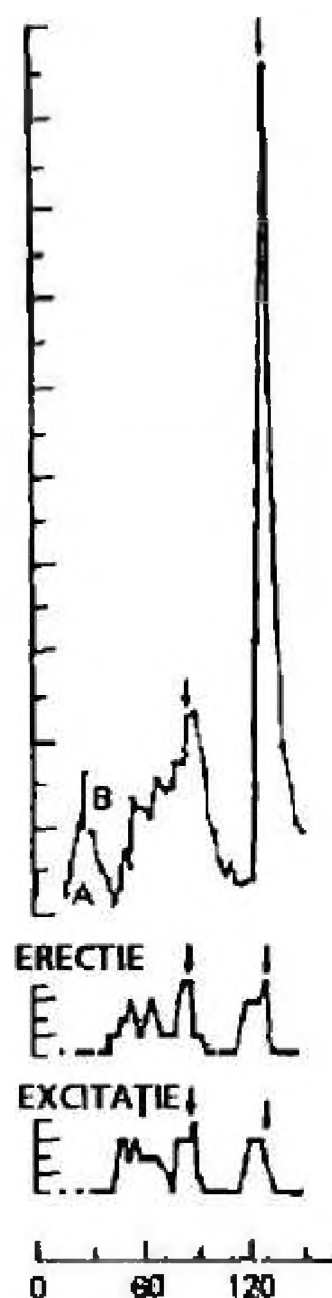
[284] Burke, W.J.; Kumar, V.B.; Pandey, N.; Panneton, W.M.; Gan, Q., Franko, M.W.; O'Dell, M.; Li, S.W.; Pan, Y.; Chung, H.D.; Galvin, J.E., „Aggregation of alpha-synuclein by DOPAL, the monoamine oxidase metabolite of dopamine", *Acta Neuropathology*, No. 115(2), feb. 2008.

[285] Marchitti, Satori A.; Deitrich, Richard A. şi Vasiliou, Vasilis, „Neurotoxicity and Metabolism of the Catecholamine-Derived 3,4-Dihydroxyphenylacetaldehyde and 3,4-Dihydroxyphenylglycolaldehyde: The Role of Aldehyde Dehydrogenase", *Pharmacological Reviews*, No. 2, vol. 59, iunie2007, pp. 125-150.

[286] Macarthure, H.; Koloe, L.L.; Westfalle, T.C.; Anwarf, M.; Glicksteinf, S.B. şi Ruggierof, D.A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons

is cytotoxic in vivo", *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001, pp. 218-227.

din ultimii 15 ani au demonstrat că aceste două neurotoxine joacă un rol esențial în apariția Parkinsonului[287], a bolii Alzheimer, a leziunilor corticale, a afecțiunilor cognitive.[288] Produc, de asemenea, tulburări de dezvoltare mai ales la nivelul sistemului nervos și o îmbătrânire prematură.[289]



În graficul alăturat se poate observa creșterea noradrenalinei în plasma sanguină în condiții de laborator. Creșterea este perfect proporțională cu nivelul de excitație, lucru care se petrece identic și în cazul dopaminei. Săgețile indică punctul de apariție al orgasmului. La minutul 84 a sunat un telefon, ceea ce a condus, din cauza nervozității subiecților, la reducerea excitației. După revenirea excitației, bărbatul s-a masturbat, lucru care a determinat la cel de-al doilea orgasm o creștere anormal de mare a noradrenalinei, o creștere cu 1200% față de valorile sale normale[2].

[287] Mattammal, M.B.; Haring, J.H.; Chung, H.D.; Raghu, G.; Strong, R., „An endogenous dopaminergic neurotoxin: implication for Parkinson's disease", *Neurodegeneration*, No. 4(3), septembrie 1995, pp. 271-81.

[288] „Neurotoxic catecholamine metabolite in nociceptors contributes to painful peripheral neuropathy", *European Journal of Neuroscience*, No. 6, vol. 28, septembrie 2008, pp. 1180–1190.

[289] Burke, W.J.; Li, Shu Wen; Chung, H.D.; Ruggiero, D.A., Kristal, B.S., Johnson, E.M., Lampe, P.; Kumar, V.B.; Franko, M.; Williams, E.A. și Zahm, D.S., "Neurotoxicity of MAO Metabolites of Catecholamine Role in Neurodegenerative Diseases", *Original

Research Article NeuroToxicology, No. 1-2, vol. 25, ianuarie 2004, pp. 101-115.

Glutamatul este deja celebru pentru efectul său neurotoxic.[290] Atunci când ajunge să aibă un nivel ridicat, produce aşa-numita excitotoxicitate (excită celula nervoasă până o distruge) şi astfel generează moartea celulei prin apoptoză. Ce se întâmplă însă atunci când stimularea sexuală – cu tot ceea ce atrage aceasta după sine – produce o cantitate excesivă de glutamat în creier?[291] În condiţii normale, excesul de glutamat este convertit de anumite enzime produse de ficat în neurotransmiţătorul GABA şi în glutathion, care, după încheierea actului sexual, contribuie la producerea de melatonină – hormonul somnului, ajutând astfel la refacerea organismului. Dacă însă ficatul este obosit, din cauza stresului unei suprastimulări sexuale – orgasme şi ejaculări repetate –, a băuturii şi a drogului, atunci enzimele necesare reducerii glutamatului vor lipsi, consecinţa fiind distrugerea celulelor nervoase de către acesta din urmă.[292]

Care este efectul acestei intoxicări a creierului cu proprii săi neurotransmiţători deveniţi adevărate droguri endogene? Pierderea concentrării şi deficitul de atenţie, confuzie, instabilitate emoţională şi depresie. Iată cazul unui bărbat de aproape 30 de ani.

MĂRTURIE: „Permiteţi-mi să vă împărtăşesc problemele mele.

M-am masturbat în exces jumătate din viaţa mea. Am început să o fac la vârsta de 15 ani şi am continuat să fac acest lucru de atunci şi până acum. Mă mastur-

[290] http://www.sailhome.org/Concerns/Excitotoxins.html

[291] Dominguez, J.M.; Gil, Mario şi Hull, E.M., „Preoptic Glutamate Facilitates Male Sexual Behavior", *The Journal of Neuroscience*, No. 26(6), 8 februarie 2006, pp. 1699-1703, 1699.

[292] Camacho, A. şi Massieu, L., „Role of glutamate transporters in the clearance and release of glutamate during ischemia and its relation to neuronal death", *Archives of Medical Research*, No. 37(1), 2006, pp. 11-18. PMID 16314180. Document accesat la data

bam aproape zilnic şi, mai ales când eram tânăr, chiar şi de 2-3 ori pe zi. Însă recent (de 1 sau 2 ani), am ajuns să mă masturbez o dată pe zi întrucât mă simt foarte extenuat. Încerc să nu mă mai masturbez zilnic şi reuşesc să mă abţin ceva timp, dar, de obicei, sfârşesc făcând acest lucru în mod regulat.

Încerc să opresc acest obicei autodistructiv şi simt nevoia de a mă vindeca şi de a duce o viaţă normală. Cred că masturbarea mi-a afectat viaţa într-un mod negativ: sufăr de depresie, anxietate, instabilitate emoţională, probleme de auz (urechile îmi ţiuie), lipsă de concentrare, oboseală, epuizare, transpiraţie în exces, muşchi slabi etc.

Iată sumarul problemelor prin care trec:

1. depresie, stres, anxietate şi instabilitate emoţională (dispoziţie nestatornică);

2. deficit de atenţie şi absenţă a minţii (pierderea de memorie şi de concentrare a minţii);

3. ochi umezi şi sensibili la lumina soarelui;

4. ţiuit în urechi (dificultate de a auzi când oamenii vorbesc cu voce scăzută);

5. libido scăzut, epuizare şi oboseală;

7. tulburări de somn şi simptomele asociate: somnolenţă, somn în exces, vedere înceţoşată şi mahmureală;

8. transpiraţie în exces;

9. oboseală, sfârşeală şi epuizare;

10. slăbiciune musculară;

11. tremur şi spasme musculare (simptome pre-Parkinson).

Vă rog să-mi spuneţi ce credeţi că ar trebui să fac pentru a remedia această problemă.

Vă mulţumesc, A. K 8/13/2009[293] ■

[293] http://www.ac ionlove.com/cases/case1(4)7.htm

Extenuare, stări de vomă, probleme de memorie, psihoză, depresie, anxietate şi scăderea imunităţii

De asemenea, epuizarea sexuală, arată dr. Lin, conduce la un dezechilibru al mecanismului de emisie a cortizolului[294], ceea ce înseamnă fie apariţia unui hipercortizolism, fie a hipocortizolismului. Ambele afectează major organismul. Spre exemplu, cantitatea prea mică de cortizon provoacă următoarele simptome: „extenuare, slăbirea muşchiului, stări de vomă, diaree, dureri de cap, transpiraţii, înnegrirea pielii în jurul ochilor şi în alte părţi ale corpului."

O cantitate prea mare de cortizol induce însă: „o predispoziţie la inflamaţii ale pielii (în special în penis, testicule, faţă, sâni, mâini, picioare etc.); insomnie; libido redus; impotenţă; infertilitate; euforie, psihoză, depresie, anxietate; hipertensiune persistentă; hiperglicemie; tulburări gastro-intestinale, reprimarea funcţiei imune; incapacitate de vindecare a rănilor; osteoporoza, deoarece cortizolul în exces afectează suprarenale, funcţiile testiculare şi ovariene."[295]

Creşterea cantităţii de cortizol este corelată cu reprimarea producţiei de hormoni androgeni de către suprarenale şi testicule, fapt determinat şi de emisia unei cantităţi mari de prolactină timp de 2-4 ceasuri după orgasm sau ejaculare. Aceasta conduce la apariţia unei

---

[294] Cortizolul joacă un rol extrem de important în organism, contribuind la metabolismul glucozei, la regularizarea presiunii sângelui, la menţinerea nivelului normal de insulină, la răspunsul antiinflamatoriu al organismului. Ca şi adrenalina, este produs de suprarenale şi se mai numeşte hormon al stresului. Joacă un rol important şi în reacţia autoimună.

[295] Dr Lin http://lin-institute.com/

stări de mahmureală, a pierderilor de memorie şi a depresiilor, aspecte întâlnite adesea în cazurile epuizării sexuale.

Boli ale ficatului şi ale aparatului digestiv, dereglări sexuale, impotenţă, cancer de sân şi cancer de prostată

Prolactina este un alt hormon implicat direct în mecanismului actului sexual. Creşterea nivelului de prolactină după încheierea ejaculării sau a orgasmului neutralizează efectul dopaminei şi a noradrenalinei, coborând brusc nivelul de excitaţie şi funcţiile erectile pentru a proteja sistemul neuroimun. Este un mecanism de apărare al organismului în faţa epuizării pe care o produce excitaţia sexuală, actul sexual în general.

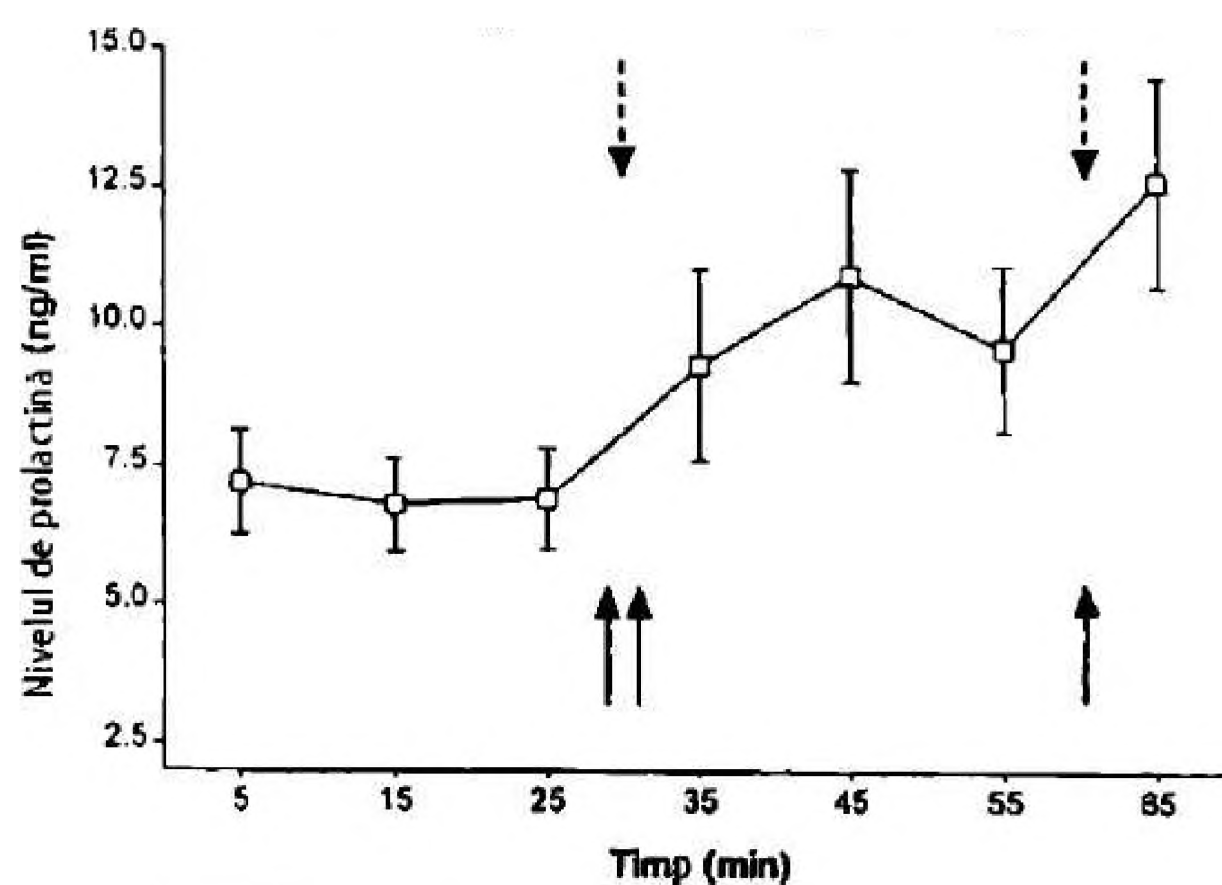
Prolactina este secretată în cantitate mare, timp de câteva ceasuri după încetarea actului sexual. Dar, în situaţia epuizării sexuale, ea poate rămâne la un nivel ridicat până la câteva zile.

Creşterea prolactinei, corelată cu creşterea nivelului de cortizon, blochează, de asemenea, producţia de hormoni sexuali. În special nivelul hormonilor androgeni, DHEA, androstenedione, testosteronul şi DHT-ul va fi menţinut foarte scăzut[296], ceea ce va conduce în cazul epuizării sexuale la inflamaţii dureroase în trup, crampe

[296] Fernández-Guasti, A.; Rodríguez-Manzo, G.; Scand, J., „Pharmacological and physiological aspects of sexual exhaustion in male rats", *Psychology*, No. 44 (3), iulie

2003, pp. 257-63.

musculare etc. Afecțiunile vor fi proporționale ca amplitudine cu scăderea nivelului de androgeni.



În figură, se poate observa creșterea prolactinei în două orgasme consecutive realizate la jumătate de oră unul după celălalt în condiții de laborator – vezi săgețile. Se observă faptul că prolactina crește mult mai mult a doua oară spre a produce sațietatea sexuală și a împinge organismul la relaxare.
Solicitarea frecventă duce la creșteri patologice ale prolactinei pe durate lungi de timp.

În cazul în care sindromul epuizării sexuale persistă ca urmare a suprastimulării continue prin pornografie și masturbare, nivelul de prolactin ar putea rămâne la un nivel suficient de ridicat pentru a declanșa scăderea libidoului[297] și impotența.

[297] Foster, R.S.; Mulcahy, J.J.; Callaghan, J.T.; Crabtree, R.; Brashear, D., „Role of

serum prolactin determination in evaluation of impotent patient", *Urology*, No. 36(6),

Caz tipic de exces de prolactină şi cortizol

MĂRTURIE: „Am început să mă masturbez la vârsta de 13 ani. Mă masturbam de mai multe ori pe săptămână. Din păcate, nu înţelegeam rezultatul acestei practici şi, la vârsta de 15 ani, am început să resimt o dorinţă sexuală redusă şi o dificultate în a avea erecţie. Recent, am fost să consult un medic şi, după câteva teste, mi-a spus că singurul lucru neobişnuit era faptul că nivelurile de prolactină erau mai ridicate.

Încep să am spasme musculare şi convulsii în diferite regiuni ale corpului. Apoi muşchii spatelui, picioarelor, braţelor şi şoldurilor încep să-mi provoace dureri. Muşchii îi simt încordaţi şi cumva duri şi producându-mi o uşoară durere. Încheieturile îmi pocnesc şi trosnesc, mai ales cele ale mâinilor, genunchilor, picioarelor, coatelor. Sternul chiar mi s-a înfundat. În locurile durerilor musculare, muşchiul se poate contracta. Ceea ce se întâmplă şi cu partea de jos a picioarelor şi cu degetele de la picioare, astfel încât degetul nu se îndreaptă decât dacă îl ajut eu. Organul meu arată roşu şi contractat şi simt o senzaţie de arsură, iar uneori de răceală în vintre, şezut, picioare şi labele picioarelor. Apreciez foarte mult ajutorul dumneavoastră.

Vă mulţumesc! 3/20/2009[298] ■

Oricum, scăderea nivelului de androgeni poate avea consecinţe dintre cele mai grave pentru sănătatea individului, în sensul că pot conduce prematur la boli ale ficatului, splinei, ale aparatului digestiv, ale aparatului cardiovascular, ale testiculelor, precum şi la o slăbire a vederii.

decembrie 1990, pp. 499-501.

[298] http://www.actionlove.com/cases/case15211.htm

Dr. Lin susține că scăderea nivelului mediu de testosteron la bărbații americani, după revoluția sexuală a anilor 60' din secolul trecut, ar avea drept cauză principală abuzul de relații sexuale, în special creşterea numărului de ejaculări şi orgasme, cu consecința îmbătrânirii axei hipotalamus-glanda pituitară-suprarenale-testicule. Din cele câteva mii de emailuri trimise doctorului Lin de către tineri americani, precum cel de mai sunt, rezultă că frecventa masturbare de la o vârstă fragedă conduce în mod foarte probabil la apariția andropauzei (menopauza la bărbați) chiar de la vârste cuprinse între 20 şi 30 de ani.

Dar, pe lângă afectarea funcțiilor sexuale, nivelul excesiv de prolactin produs pe o perioadă lungă de timp constituie un important factor de risc pentru apariția cancerului de sân[299] şi a cancerului de prostată.[300]

Inflamația articulațiilor, febră, mahmureală şi pierderea memoriei de scurtă durată

Sexul excesiv, subliniază doctorul Lin, conduce la producția în exces de prostaglandină E2, o substanță asemă-

[299] „New Evidence Of Prolactin's Possible Role In Breast Cancer Uncovered", Thomas Jefferson University, 3 octombrie 2007. *ScienceDaily*, University Of Pennsylvania Medical Center, 23 septembrie 1998. „A Role For Prolactin In Breast Cancer şi Prolactin blocks oncogene associated with poor prognosis in breast cancer", în *ScienceDaily* din 4 februarie 2010, Thomas Jefferson University.

[300] Dagvadorj, A.; Collins, S.; Jomain, J.B.; Abdulghani, J.; Karras, J.; Zellweger, T.; Li, H.; Nurmi, M.; Alanen, K.; Mirtti, T.; Visakorpi, T.; Bubendorf, L.; Goffin, V.; Nevalainen, M.T., „Autocrine prolactin promotes prostate cancer cell growth via Janus kinase-2-signal transducer and activator of transcription-5a/b signaling pathway", *Endocrinology*, No. 148(7), iulie 2007, pp. 3089-101. Epub, 5 aprilie 2007 şi Harvey, Philip W.; Everett, David J.; Springall, Christopher J., „Adverse effects of prolactin in rodents and humans: breast and prostate cancer", *Journal of Psychopharmacology*, No. 24 (9), UK,

septembrie 2010.

nătoare ca structură hormonilor, având o acţiune proinflamatorie şi termoreglatoare. În contextul excitaţiei sexuale, prostaglandina E2 este cea care produce o încălzire profundă a ţesturilor atât în creier şi în glandele hormonale, cât şi în organele sexuale prin dilatarea arterelor şi pomparea sângelui în acestea. Acesta răspunde şi de excitaţia locală a nervilor senzitivi. În condiţii normale, stimularea nervoasă produsă de prostaglandina E2 este controlată de alţi hormoni, dar, în cazul epuizării sexuale, cantitatea hormonului inhibitoriu GABA şi a endorfinelor este mult prea scăzută, astfel încât apar primele simptome ale stării de epuizare: inflamaţii, dureri, crampe, urinare frecventă, orgasm şi ejaculare premature, disfuncţie erectilă, dureri de cap sau migrene, stări inflamatorii, tulburări de auz şi văz[301] şi dureri ale organelor sexuale, gâtului, stomacului şi articulaţiilor. Prin aceasta putem vedea că, alături de noradrenalină şi dopamină, proastaglandin E2 mediază în întregul organism starea de excitaţie sexuală.

Dar, dacă nici nivelul GABA şi cel al endorfinelor şi nici testosteronul DHT nu sunt în cantităţi necesare modulării acţiunii acestui tip de hormon, prostaglandină E2 va provoca inflamaţii ale organelor interne şi ale articulaţiilor, precum şi o reprimare a răspunsului neuroimun, însoţită de infecţii şi alergii, precum şi de o senzaţie de căldură, mai ales la nivelul creierului.

Dacă nu sunt luate în seamă aceste semnale şi se dă curs consumului de pornografie şi masturbării, prostaglandina E2 va mări starea de inflamaţie, va produce fe-

[301] Green, Keith şi Kim, Keun, „Interaction of adrenergic antagonists with prostaglandin E2 and tetrahydrocannabinol in the eye”, *Ophthalmol. Vis. Sci. Engstrom and*

Dunham, No. 22 (6), p. 757.

bră, tulburări ale somnului, ajungând până la un puternic efect neurotoxic.

Persistența excitației sexuale prin consumul tot mai des de pornografie și prin extinderea asociativă a excitării în contextul întâlnirii persoanelor de sex opus în cadrul acelorași scenarii pornografice, va face ca prostaglandina E2 să aibă și un alt efect secundar extrem de periculos. Menținându-se la un nivel ridicat în sânge, aceasta va stimula în mod persistent veziculele seminale, prostata și celelalte organe sexuale ale bărbatului și ale femeii, generând și o căldură arzătoare în toate aceste organe, în creier și în corp în general[302]. Efectul puternic pe care îl are prostaglandina E2 în actul erecției este binecunoscut. Injectarea sa în penis produce erecție chiar și la cei suferinzi de impotență.[303]

În același timp, supraexcitarea glandei pineale prin excesul de prostaglandină E2 va conduce la blocarea producției de melatonină, care are rolul de a induce relaxarea și starea de somn necesare pentru refacerea organismului. Persoanele aflate în starea aceasta nu numai că suferă de o excitație cronică epuizantă, fenomen vizibil în dilatarea pupilelor, dar vor suferi și disconfortul și durerea inflamării organelor sexuale.

În cazul în care hipofiza nu produce suficientă prolactină pentru a inhiba excitația sexuală, prostaglandina E2 va contribui la apariția Sindromului Excitației Sexuale Persistente (Persistent Sexual Arousal Syndrome), adică o stare de excitare permanentă care poate dura de la câteva zile până la câțiva ani, cu efectul epuizării și a distrugerii majore a sistemului nervos și a organismului. Sindromul

[302] http://www.drlin.net/

[303] http://en.wikipedia.org/wiki/Prostaglandin_E2

se întâlneşte mai ales la femei, îndeosebi la cele care se masturbează şi este similar priapismului la bărbaţi. Creşterea nivelului prostaglandinei E2 pe perioade lungi de timp este, de asemenea, un factor de risc în apariţia chisturilor ovariene, a cancerului cervical[304], a fibromului uterin şi a tumorilor[305].

Dar prostaglandina E2 este implicată şi în regularizarea activităţii sinaptice în procesul de neuroplasticitate, adică în formarea de noi trasee neuronale, ca mecanism al învăţării şi al memorării. În contextul nostru, prostaglandina E2 contribuie la imprimarea în memorie a actului sexual. În condiţiile în care se află în exces, prin amplificarea potenţialului de excitaţie postsinaptic, va conduce la deformări permanente, dar şi la distrugerea sinapselor şi a neuronilor. E ca şi cum în urma creşterii potenţialului s-ar arde aceste circuite neuronale. Astfel, prin distrugerea neuronilor din hipocampus, prostaglandina E2 se face vinovată de degradarea memoriei de scurtă durată şi a orientării spaţiale. Nu este aşadar întâmplător faptul că epuizarea sexuală conduce, după mărturiile existente, la inflamaţii, pierderi de memorie, scăderea atenţiei şi a concentrării, la stări de mahmureală etc. Iată care sunt câteva dintre efectele excesului de prostaglandină E2.

MARTURIE: „Am 21 de ani şi sufăr de o continuă luptă cu masturbarea şi pornografia. Am început să vi-

[304] S. Battersby, K.J. Sales1, A.R. Williams, R.A. Anderson, S. Gardner, H.N. Jabbour, *Seminal plasma and prostaglandin E2 up-regulate fibroblast growth factor 2 expression in endometrial adenocarcinoma cells via E-series prostanoid-2 receptor-mediated transactivation of the epidermal growth factor receptor and extracellular signal-regulated kinase pathway*, Hum. Reprod. 2006, 22 (1): 36-44.

[305] J. Shao, S. B. Lee, H. Guo, B. M. Evers, H. Sheng, *Prostaglandin E2 Stimulates the Growth of Colon Cancer Cells via Induction of Amphiregulin*, Cancer Res September 1, 2003

63;5218.

zionez pornografie în orice formă posibilă încă de la 12-13 ani şi am început să mă masturbez de la 14 ani. De la vârsta de 14-15 ani n-am mai fost la fel, am început să sufăr din cauza unei dureri acute de gât, iar corpul mi-a devenit extrem de încordat. Mă masturbam până la 4 ori pe zi, în funcţie de cât de stresat eram. O făceam fie în pat, fie pe scaunul de la computer. Dintr-un motiv necunoscut, mi-a amorţit trupul. Trupul mi s-a aplecat tot mai mult şi păream obosit, şi aveam faţa foarte unsuroasă. Nu eram capabil să gândesc clar, dacă reuşeam, totuşi, să gândesc.

Masturbarea m-a transformat într-un mort în viaţă. De asemenea, corpul mi-a devenit tot mai umflat şi, de fiecare dată când mă masturbez, se umfla şi mai mult. Este greu de explicat acest lucru neobişnuit, însă mi-a distrus viaţa. Încerc să scap de balonare, dar când mă las pradă masturbării devine tot mai greu. E ca într-o situaţie în care oricum pierzi. De asemenea, mă simt obosit, fără energie, depresiv, anxios, foarte nervos, am dobândit ură faţă de viaţă, dispoziţii nestatornice şi un sentiment de lipsă de sens.

Vreau să mă însănătoşesc...Vreau să încetez să mă mai masturbez!

Vă rog să mă ajutaţi! 2/21/2008[306] ■

Masturbarea: un act sinucigaş!?

În toate culturile şi tradiţiile religioase din întreaga istorie a omenirii, masturbarea a fost condamnată, datorită dereglărilor fiziologice şi mentale pe care le generează, dar şi punerii în pericol a vieţii de familie şi a naşterii de

306 http://www.actionlove.com/cases/case15686.htm

copii. Odată cu revoluția sexuală a anilor '60, se reconsideră însă punctul de vedere asupra masturbării, în contextul discuțiilor privind teoriile malthusiene[307] demarate încă din perioada anilor '30, când începuseră deja să se elaboreze metode pentru controlul populației.[308]

În contextul acelorași preocupări, chiar și *Organizația Mondială a Sănătății*[309] recomandă masturbarea ca metodă contraceptivă și, probabil din aceleași motive, UNESCO o promovează în cadrul programului de educație sexuală destinat copiilor, începând de la vârsta de 6 ani.[310]

Aceasta explică faptul că studiile pe tema masturbării au fost foarte sărace în ultimele decenii, iar mulți dintre psihologi și medici, fideli curentului oficial de promovare a acestei practici contraceptive, au început să o recomande fără nici un discernământ.

Într-adevăr, masturbarea constituie una dintre cele mai eficiente metode de contracepție. În primul rând, după cum s-a putut observa în primul capitol, pentru că autoerotismul cuplat la pornografie anulează dorința de a avea copii. În al doilea rând, la tinerii care se masturbează de la o vârstă fragedă, probabilitatea de a avea copii este foarte redusă, aparatul genital și reproducător

307 Thomas Malthus (1766-1834) a emis pentru prima oară în 1798 ipoteza că în viitor, datorită creșterii populației se va ajunge la foamete și sărăcie. Plecând de la această teorie s-au demarat în secolul al XX-lea o seamă de acțiuni pentru stoparea creșterii populației. In virtutea acestei idei, mai cu seamă mijloacele contraceptive sunt promovate pe scară globală ca și eutanasia sau în cazul nostru pronografia. Orice mijloc care subminează nașterea de copii sau chiar închegarea unei familii poate fi socotit că-și aduce contribuția la reducerea populației. Paradoxal însă, abstinența sau monahismul nu sunt sprijinite de această cultură.

308 Preocupările pentru controlul populației se reflectă foarte bine în *Minunata lume nouă*, celebra utopie a lui A. Huxley.

309 *www.unicef.org/.../BriefingKitForTeachers-STIs.doc*

[310] *International Guidelines on Sexuality Education*, UNESCO, 2009, p. 48.

fiind uzat până la epuizare şi dereglat până la a nu mai fi bun de nimic.

În general însă, riscurile acestei metode promovate drept contracepţie sunt foarte mari pentru sănătatea biologică şi mentală a individului. Şi sunt cu mult mai mari astăzi decât până acum, din cauza abundenţei mesajului pornografic. Consumatorii de pornografie nu se masturbează o dată sau de două ori pe săptămână, ci în fiecare zi sau chiar de mai multe ori pe zi, de câte ori se confruntă cu mesajul pornografic sau se lasă furaţi de reveriile unei imaginaţii hipersexualizate.

Dependenţa care apare în cazul consumului de pornografie conduce aproape întotdeauna şi la o dependenţă de masturbare, care funcţionează ca un adevărat drog, imitând perfect mecanismul acestuia. Când apar sevrajul, anxietatea, depresia sau starea de rău psihic şi fizic, victima pornografiei se refugiază într-un loc unde să nu poată fi văzută de ceilalţi, în general în wc, şi îşi ia doza. De aceea, masturbarea nici nu poate fi socotită act sexual, pentru că nu mai are nimic interpersonal, dragostea şi dăruirea fiind înlocuite de egoismul aşa-zisului autoerotism, de fiorul orgasmului care răvăşeşte întregul organism, slăbind pentru câteva minute sau ceasuri tensiunea anxioasă a sevrajului.

Drogul îşi cere drepturile

MĂRTURIE: „În fiecare zi resimt dureri în coapse, pelvis şi genunchi. Vederea pare să-mi devină tot

mai proastă. De fiecare dată când mă ridic, îmi țiuie

urechile şi ameţesc. Memoria mi-e la pământ şi pare să devină tot mai proastă pe zi ce trece. Urinez foarte des şi puţin. Sunt extrem de depresiv şi apatic. Am 19 ani şi mă masturbez de la vârsta de 7 ani. Când ejaculez, nu simt aproape nimic, însă nu pot să-mi depăşesc problema masturbării după ani de încercări de a renunţa.

Vă rog să mă ajutaţi! 10/21/2007"[311] ■

Masturbarea micşorează libidoul, produce dereglări ale erecţiei, infertilitate şi impotenţă

Pentru că masturbarea este un comportament prin excelenţă compulsiv, este imposibilă păstrarea constantă a frecvenţei cu care se apelează la aceasta. Mai cu seamă, dacă pornografia a iniţiat comportamentul, frecvenţa creşte atât cât timpul fizic şi condiţiile o permit. Studiile arată că, în general, copiii şi tinerii americani, care au luat contact din primii ani de viaţă cu pornografia, ajung ca încă de la 7-8 ani să se masturbeze, de câteva ori pe zi. Suficient ca de la 18-20 de ani să intervină problemele sexuale şi la 25-30 impotenţa. Concomitent, din punct de vedere mental, ajung nişte legume. Oare cine îşi doreşte aceasta pentru copilul său?!

MĂRTURIE: „Obişnuiesc să mă masturbez în exces şi nu pot să controlez masturbarea sau masturbarea în exces. Acest obicei ciudat mi-a ocupat mai mult de 10 ani din viaţă şi nu pot să mă mai las: simt permanent nevoia de a mă masturba. Trupul mi-a slăbit, am mari probleme sexuale...; starea de nervozitate, mânia, lipsa de auto-control, urinarea frecventă şi dureri în partea inferioară a spatelui mă luptă permanent.

[311] http://www.actionlove.com/cases/case15484.htm

Lucrul cel mai rău este că nu pot să stau în fața oamenilor şi discut cu ei. Am dureri la încheieturi. Mi-am pierdut controlul complet al corpului şi nu pot să-mi susțin trupul.

Toate acestea s-au petrecut din cauza masturbării. De asemenea, mă simt mereu obosit şi fără energie. Simt că din cauza acestui obicei corpul meu a devenit mai afectat. Mă simt impotent sau pe cale de ajunge acolo. Sunt nervos, am pierderi de memorie, mă simt izolat, separat de lume sau ca şi cum aş trăi în lumea mea. Nu am niciun fel de încredere în mine sau autocontrol, nicio atitudine pozitivă. Este posibil controlul acestui obicei? Vă rog să-mi răspundeți, ca să-mi pot reveni, să-mi reîntineresc corpul şi să-mi recapăt puterea de la început.

Vă rog să mă ajutați! 8/16/2009"[312] ■

La fel ca drogul, masturbarea se foloseşte de anumite mecanisme nervoase şi hormonale pentru a extrage cât mai multă plăcere în cel mai scurt timp cu putință. Aceste mecanisme nu sunt însă activate conform legilor lor naturale, care implică bunăoară o protecție a organismului în fața excesului şi a epuizării. Ca şi cum ar fi nişte străini care te exploatează, drogul şi masturbarea, la care am adăuga şi aşa-zisul sex oral, epuizează până la distrugere creierul şi sistemul nervos, glandele cu secreție internă şi organele sexuale. La început, organismul suportă stresul ca un fel de preț al plăcerii obținute, după care începe să se prăbuşească. Necazul cel mai mare e însă acela că stricăciunile implică arderea neuronilor şi distrugerea rețelelor neuronale, transformări în mare măsură ireversibile.

[31] http://www.actionlove.com/cases/case16415.htm

În condiții normale, atunci când organismul este epuizat în urma unor excitații intense şi a unor acte sexuale repetate, apare o anumită inhibiție la o nouă stimulare sexuală; în mod natural, organismul îşi cere drepturile, iar individul mai mult sau mai puțin conştient dă curs acestui impuls, evitând contactul cu soțul sau cu soția. Dar, şi dacă nu l-ar evita, epuizarea determinată de nivele reduse de hormoni sexuali – testosteron în speță – nu favorizează deloc desfăşurarea normală a actului sexual. În cazul masturbării însă, stimularea mecanică a organelor sexuale poate să producă noradrenalină şi prostaglandină E2 fără intervenția hipotalamusului şi a suprarenalelor. Semnalul va fi transmis către creier, unde, prin axa hipotalamus-hipofiză-suprarenale-testicule/ovare, va iniția excitația sexuală la nivelul întregului organism.

Deci, chiar dacă organismul este epuizat şi, de la sine, nu ar mai da curs debutului unui nou act sexual, prin stimularea manuală este împins, până la epuizare completă, la a susține istovitoarea descărcare neurologică şi hormonală necesară unui act sexual, mai cu seamă dacă s-a instalat dependența. Este ca şi cum ai lua un ness puternic atunci când te simți obosit, forțând inima să continue efortul, deşi ea dă semne de oboseală. Dar muşchiul cardiac va fi din ce în ce mai obosit, până când într-o zi va plesni, apărând infarctul.

În viața conjugală, la capătul unei relații sexuale normale, glanda pituitară secretă oxitocină, un hormon care ajută recuperarea organismului. Cu cât relația de dragoste care-i leagă pe cei doi este mai profundă, cu atât sporeşte cantitatea de oxitocină emisă, acesta fiind hormonul care,

din punct de vedere fiziologic, punctează încheierea actu-

lui sexual, iar psihologic sudează relația dintre soți. Pentru aceasta mai este numit și hormonul atașamentului.

Masturbarea nu produce însă suficientă oxitocină ca să poată favoriza o refacere rapidă a funcțiilor sexuale, a nivelului hormonilor din organism. Ar fi și anormal, căci acest act sau imaginile pornografice subminează oricare atașament sufletesc, închizându-l pe individ în cercul vicios al unei patologice excitații și descărcări orgasmice. În această situație, masturbarea uzează mult mai repede organismul, căci nu-i oferă condițiile hormonale necesare recuperării.

Există o mulțime de mecanisme prin care organismul uman își protejează funcțiile și organele în fața unei oboseli prea mari, care l-ar putea uza și distruge. Însă, stimulentele artificiale în cazul stresului, drogurile și, în contextul discuțiilor noastre, masturbarea, păcălește sau blochează aceste mecanisme cu riscul de a distruge organismul. Starea de oboseală, somnolența, durerile difuze (mai cu seamă cele de cap) sunt astfel de semne ale epuizării. Din păcate, în cazul consumului de pornografie și al masturbării, toate acestea sunt desconsiderate până când apar tulburările de somn, excitația constantă, adică o stare în care înseși mecanismele de apărare și refacere a organismului sunt dereglate. În acest fel, cronicizarea bolilor până la ruinarea completă a trupului și a psihicului este o problemă de timp.

Patologia sexului oral

Și așa-zisul sex oral este la fel de primejdios ca și masturbarea, atât pentru bărbat, cât și pentru femeie. În esen-

ță, sexul oral este tot un tip de masturbare. Iar pentru că

prin acest tip de masturbare mutuală se reduce sau chiar se elimină pe termen lung posibilitatea naşterii de copii este recomandat ca şi metodă contraceptivă de diverse organizații şi instituții internaționale. Aceasta este şi cauza pentru care revistele industriei de consum recomandă sexul oral. Blocarea naşterii de copii este un succes strategic pentru orice corporație care vrea să-şi vândă mărfurile, căci consumul unei familii scade, proporțional cu numărul de copii născuți, în majoritatea sectoarelor ce țin de înfrumusețare şi modă.

Aşadar, în contextul unei campanii bine instrumentate atât la nivelul intereselor politice globale, cât şi la cel al revistelor la modă, mulți ajung să practice sexul oral chiar şi în cadrul relațiilor conjugale, cu persoanele pe care le iubesc. Puțini realizează consecințele grave ale acestui act care schimbă complet paradigma relației sexuale, atât din punctul de vedere psihologic, cât şi neurologic şi hormonal.

Relația sexuală normală este cu totul altceva decât sexul oral şi celelalte perversiuni. E vorba de două clase de acte sexuale complet diferite. Iar cei care le vor amesteca, vor ajunge în timp să renunțe la prima în favoarea celei de-a doua.

Întâlnirea trupească dintre un bărbat şi o femeie este întemeiată în mod firesc pe afecțiune şi este îndreptată întotdeauna către celălalt, pe care, iubindu-l, i te dăruieşti. Sexul oral, însă, se centrează aproape exclusiv pe organul sexual. Acesta este personajul central al actului, un fel de obiect de adorație, dar şi pârghia principală a obținerii plăcerii sexuale. În acest context, persoana celuilalt nu mai este importantă, nu se poate distinge decât prin abi-

litatea de a produce excitația partenerului, în esență, de

a-l masturba. În aceste sens, sexul oral comută actul sexual din sfera relației afective, maritale, în aceea a pornografiei, masturbării și a perversiunilor sexuale. Inevitabil, relația sexuală negociată în acești termeni va conduce la despărțirea celor două persoane, căci în orizontul ei nu se află o persoană sau o relație afectivă, ci o mecanică excitatorie, în esență, plăcerea egoistă. Egoismul, însă, nu are un alt criteriu decât obținerea unei cât mai mari excitații sexuale, care va fi căutată tot mai probabil în ineditul aflării altor parteneri de sex sau în pornografie. Golită de latura ei afectivă, relația sexuală se transformă astfel într-un fel de sport în care cauți un partener tot mai performant pentru ca jocul să fie cât mai captivant.

Sexul oral nu este o relație sexuală, ci mai degrabă un tip de non-relație, o negare a persoanei, căci oricând gura celuilalt poate fi înlocuită de propria mână. Așadar, femeile care practică acest sex trebuie să ia în considerare faptul că astfel deschid bărbatului poarta masturbării și a consumului de materialele pornografice. Oricum, prin mecanismele pe care le-am descris în capitolul *Deviații...*, sexul oral scade capacitatea individului de a mai întreține relații sexuale normale și-l face dependent tot mai mult de perversiuni. Ca și masturbarea, acesta este capabil să producă deviații sexuale într-un timp destul de scurt. Căci eliminând afectivitatea și altruismul din orizontul relației, se pierde suportul sau principala sursă de satisfacție și împlinire. Lipsit de aceasta, individului nu-i mai rămâne decât să transforme mijlocul într-un scop, adică să extragă cât mai multă euforie din mecanica neurologică a actului sexual.

Prin eliminarea dimensiunii afective, a dragostei, se-

xul oral ca şi celelalte perversiuni ajung să fie extrem de

frustrante la nivel psihologic, neurologic şi hormonal. Spre exemplu, ca şi în cazul masturbării, sexul oral nu produce suficientă oxitocină la încheierea actului sexual, oxitocină care are calitatea de a consolida sentimentul de linişte şi afecţiune, dar şi de a reface organismul în urma epuizării postorgasmice. Lipsa cantităţii necesare de oxitocină, hormon care reîntoarce persoana către orizontul afectiv al celui iubit, micşorează satisfacţia personală, suficient cât să determine individul să caute imediat o altă experienţă excitatorie. Avem de-a face cu un fel de eşec al relaţiei sexuale ale cărei consecinţe, din punct de vedere psihic, pot fi extrem de grave.

Pe de altă parte, ca act de tip masturbatoriu, sexul oral îi va cauza bărbatului tulburări de erecţie, tulburări ale funcţiei prostatei şi, în perspectivă, impotenţă. În ceea ce le priveşte pe femei, sexul oral le lipseşte de hormonii GABA[313], betaendorfină[314] şi alte substanţe a căror prezenţă în lichidul seminal, odată ajunse în aparatul reproducător al femeii, au rolul de a semnaliza încheierea actului sexual, adică reducerea excitaţiei sexuale şi refacerea prin odihnă.[315] În lipsa acestui mecanism, excitaţia se menţine la un nivel ridicat, epuizant pentru femeie, şi după încheierea actului sexual. De fapt, actul sexual nu se mai încheie din punct de vederea neurologic, rămânând frustrarea, motorul ce propulsează către căutarea unui noi experienţe erotice.

[313] M. Akinci, P. Schofield, *Widespread expression of GABA(A) receptor subunits in peripheral tissues*, Neurosci Res. 1999 Nov;35(2):145-53.

[314] G. Forsberg, I. Bednar, P. Eneroth, P. Sodersten, Beta-Endorphin acts on the reproductive tract of female rats to suppress sexual receptivity, Neurosci Lett. 1990 Jul 17;115(1):92-6.

[315] http://www.drlin.net/#Semen%20contains%20human%20growth%20hormo-

ne,%20insulin-like%20growth%20factor-1,%20%20alpha2-macroglobulin,%20testosterone,%20and%20other%20therapeutic%20and%20pharmaceutical%20proteins

De asemenea, epuizarea sexuală – multe orgasme și ejaculări – mai ales pe fondul unor organisme slăbite de stres și de o alimentație chimizată – va face ca atât la bărbat, cât și la femeie să se producă o stare inflamatorie. Aceasta pentru că un organism epuizat sexual nu mai poate produce suficient GABA și endorfine, hormoni care inhibă excitația și controlează efectul proinflamator al prostaglandinei E2. Astfel că aceasta din urmă va dicta inflamația și o serie de alte simptome post-orgasm, extrem de neplăcute: instabilitate emoțională, anxietate, ușoară febră, agresiune, stres, depresie și tulburări de somn.[316] Mai devreme sau mai târziu, toate acestea vor fi resimțite sever de toți cei care transformă actul sexual într-o fantezie, într-un mijloc de recreere între două activități cotidiene. Un efect imediat al creșterii cantității de prostaglandină E2 în lichidul seminal va fi infertilitatea, căci acest factor proinflamator, împreună cu unele cetokine, au un efect toxic pentru lichidul spermatic, degradându-l.[317]

Actul sexual este atât de complex încât a-l reduce la autoerotismul masturbării sau la perversiunea sexului oral înseamnă a-ți asuma mari riscuri pentru sănătatea biologică și mentală.

Pornografia în sine este un tip de masturbare mentală, care nu poate avea altă consecință decât masturbarea manuală. Oricât s-ar amăgi cineva, atâta timp cât pornografia creează dependență, dereglând sistemul de recompensă dopaminergic, va face ca, mai devreme sau mai târziu, să se ajungă la descărcarea prin masturbare a tensiunii sexuale acumulate. Iar aceasta, ca și sexul oral, sunt

[316] http://www.actionlove.com/cases/case15719.htm

[317] Fraczek, Monik și Kurpisz, Maciej, „Inflammatory mediators exert toxic effects

of oxidative stress on human spermatozoa", *Journal of Andrology*, No. 2, vol. 28, martie/aprilie 2007.

comportamente compulsive care vor înlocui treptat relația sexuală normală. Astfel, este deschisă cutia Pandorei, a dereglărilor sexuale – ejaculare sau orgasm precoce, tulburări de erecție, impotență – dureri de spate, de articulații, dureri de cap, stare de slăbiciune generală și de epuizare, depresie, anxietate, irascibilitate, scăderea atenției și a motivației, pierderi de memorie, scăderea imunității, afecțiuni ale ficatului, îmbătrânire prematură, o probabilă apariție a Parkinsonului sau a Alzheimerului.

Pornografia, un alt mod de sterilizare a populației

Din punctul de vedere al reproducerii, pornografia și masturbarea corelată ei scad nivelul general al testosteronului, adică reduc libidoul, micșorează cantitatea de spermatozoizi și calitatea acestora, deci reduc mult posibilitatea nașterii de copii. De pildă, cu cât crește numărul de ejaculări pe săptămână, cu atât scade cantitatea de spermatozoizi din lichidul seminal. Astfel că, la două ejaculări pe săptămână, scăderea este cu 29%, iar la trei ejaculări pe săptămână, numărul de spermatozoizi scade cu 41%. Să ne închipuim ce se întâmplă cu persoanele care se masturbează și, pe deasupra, sunt și foarte stresate![318]

Dar și, cantitatea de testosteron scade proporțional cu gradul de epuizare sexuală. Un studiu recent demonstrează că testosteronul revine la nivelul său normal după

[318] Carlsen, E.; Petersen, J.H.; Andersson, A.M.; Skakkebaek, N.E., „Effects of eja-

culatory frequency and season on variations in semen quality", *Fertil Steril.*, No. 82(2), august 2004, pp. 358-66.

a şaptea zi de la un contact sexual.[319] Prin urmare, este explicabilă scăderea nivelului mediu de testosteron pe întreaga populaţie a Americii după revoluţia sexuală a anilor '60 şi până acum[320], timp în care sexualitatea a început să îmbrace din ce în ce mai mult un caracter recreativ, crescând şi numărul relaţiilor sexuale şi dezvoltându-se şi obiceiul masturbării.

Actualmente, s-a constatat că nivelul de testosteron din sânge suferă o scădere dramatică chiar şi în intervalul succedării a două generaţii. Efectele sunt dintre cele mai grave, căci de cantitatea de testosteron depinde atât dezvoltarea organelor bărbatului – creier, ficat, plămâni etc. –, bărbăţia acestuia, cât şi cantitatea şi calitatea spermatozoizilor. În unele studii, chiar s-a putut constata că în foarte multe cazuri spermatozoizii bărbaţilor zilelor noastre sunt nu numai puţini, dar şi labili, hiperactivi, cum vor ajunge să fie şi copiii la care se va da naştere, dacă vor mai avea copii. În cazul unui număr redus de spermatozoizi – oligospermia –, fecundarea ovulului nu mai este posibilă.

Scăderea mediei testosteronului de la peste 501 ng/dl la 391 ng/dl în numai 15 ani (1989-2004) arată care sunt efectele intervenţiei pornografiei pe internet în viaţa omului contemporan şi riscurile grave pe care aceasta le are pentru sănătatea generală a bărbaţilor.[321]

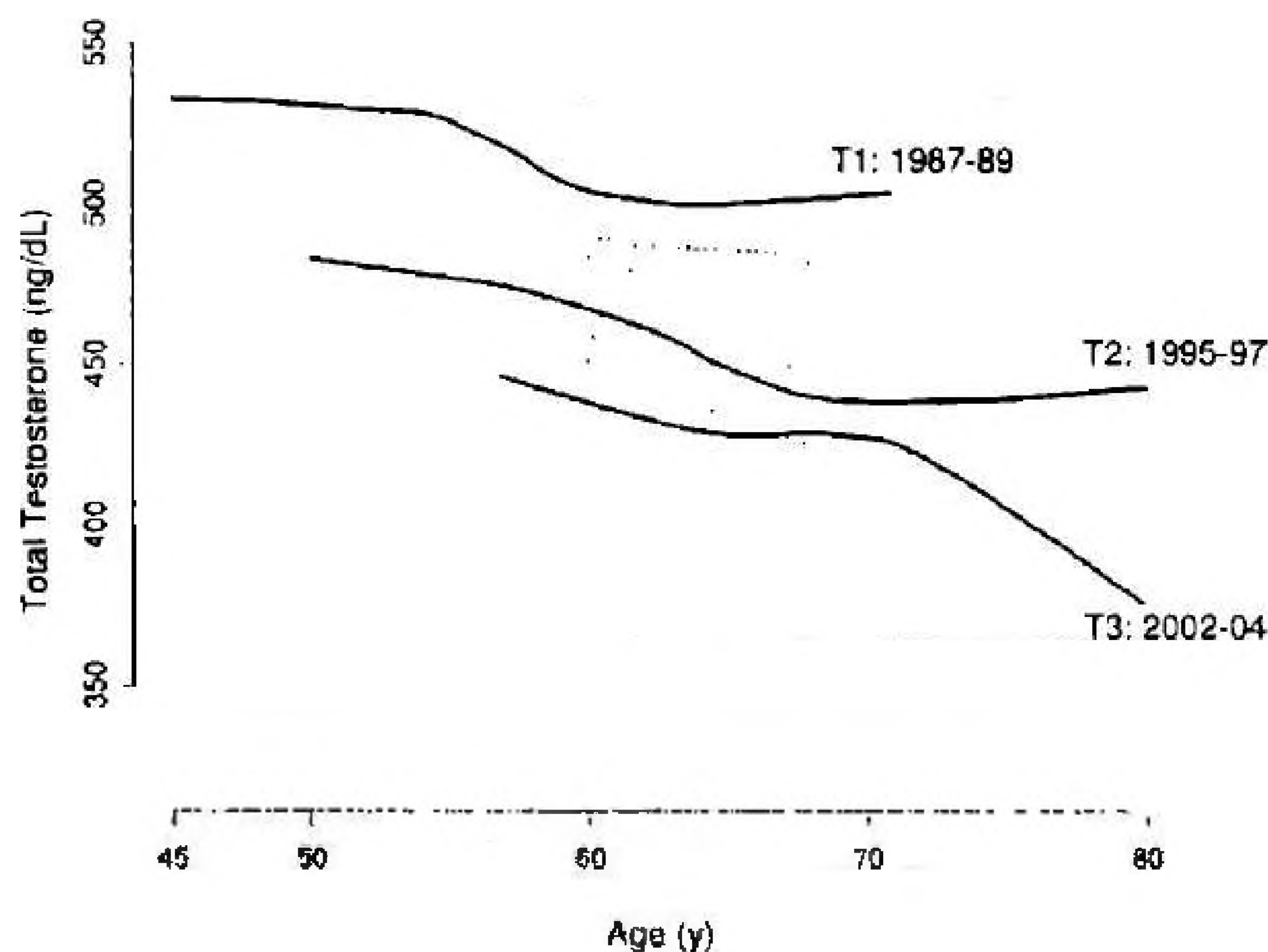
---

319 Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men", *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003, pp. 236-40 şi M. Jiang, *Periodic changes in serum testosterone levels after ejaculation in men*, Sheng Li Xue Bao. 2002 Dec 25;54(6):535-8.

320 T. G. Travison, şi alţii, A Population-Level Decline in Serum Testosterone Levels in American Men, The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism 92(1):196–202.

321 Travison, Thomas G.; Araujo, Andre B.; O'Donnell, Amy B.; Kupelian, Varant şi

McKinlay, John B., „A Population-Level Decline in Serum Testosterone Levels in American Men", *J. Clin. Endocrinol. Metab.*, No. 92, 2007, pp. 196-202.



Nivelul de testosteron raportat la vârstă pe populația SUA între 1987 și 2004

La bărbat, masturbarea are efecte mult mai grave și pentru faptul că prin lichidul seminal se elimină o mulțime de substanțe vitale pentru viața organismului: potasiu, zinc, calciu, magneziu, fructoză, spermine, acid prostatic fosfatidic, aminoacizi în stare liberă, prostaglandine, enzime etc. Din câte se pare, una dintre cele mai importante este fosforilcolina, care joacă un rol important în creier și în funcționarea sistemului nervos, având o contribuție semnificativă în restaurarea celulei nervoase.

Având în vedere toate acestea, masturbarea poate fi socotită o adevărată practică sinucigașă. Nu i-am spu-

ne eutanasiere pentru că omul poate să mai trăiască o

seamă de ani, dar cu multă suferință, cu multă durere. Masturbarea ca rezultat al consumului de pornografie te transformă într-un individ lipsit de voință și putere, bolnav, depresiv și oarecum disperat, căci totul în jurul tău se surpă: familie, serviciu, prieteni. Și rămâi singur cu fantasmele erotice și cu un obicei care, deși îți provoacă multă rușine și scârbă, este indispensabil atâta timp cât ai devenit dependent de sex.

Pornografia este astăzi cea mai răspândită metodă de spălare a creierului

Pornografia, oferind un harem nesfârşit de obiecte sexuale, hiper-activează sistemul apetitiv. Spectatorii de pornografie dezvoltă noi hărţi în creierul lor, bazate pe fotografii şi înregistrări video pe care le văd. Deoarece creierul se ghidează după ideea „îl foloseşti sau îl pierzi", atunci când se dezvoltă o astfel de hartă, tindem să o păstrăm activată. Aşa cum muşchii noştri devin nerăbdători pentru exersare, dacă facem altceva decât să stăm toată ziua, aşa şi simţurile noastre trebuie stimulate. Oamenii [dependenţi] care privesc articole pornografice la computerele lor sunt ciudat de asemănători cu şobolanii din cuştile de la NIH (Institutul Naţional de Sănătate), încercând să obţină dopamina sau echivalentul acesteia. Deşi ei [nu] ştiu acest lucru, au fost seduşi în sesiuni de formare cu caracter pornografic, care îndeplinesc toate condiţiile necesare pentru schimbarea plastică a hărţilor creierelor (o formă elegantă de reprezentare ştiinţifică a actului de spălare a creierului şi reeducare, n.n.).[322]

Pornografia îţi schimbă sentimentele faţă de persoanele cele mai dragi, te desparte chiar de familie, fără a te forţa la aceasta. Îţi distruge voinţa şi te stăpâneşte, inclusiv în gândurile cele mai intime. Modifică într-atât forul de conştiinţă, încât te determină să faci lucruri pe care mai înainte le condamnai, care nu te reprezintă şi sunt

[322] N. Doidge, The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science (New York: Viking, 2007), p. 108.

contrare propriului interes: te transformă într-un agresor, într-un violator, într-un infractor.

Pornografia te poate schimba cu totul din moment ce te-a prins în mrejele ei, ca și cum te-ar vrăji, ca și cum ți-ar spăla creierul și l-ar imprima cu un alt set de mesaje; e doar o problemă de timp. Omul pare să arate la fel pe dinafară, dar interiorul său trece printr-o schimbare radicală. Este un alt om pentru că fondul său de imagini fundamentale este cu totul schimbat, pentru că traseele sale corticale, magistralele pe care se mișcă prioritar informația – emoții, gânduri, sentimente – sunt complet altele.

Cum poate pornografia spăla creierul într-un timp atât de scurt fără a uza de mijloacele de reeducare clasice, recluziunea și tortura?

Dependența

La început, apare curiozilalea ca răspuns la un stimul nou: vezi imagini inedile, lrupuri dezgolite, lucruri ce țin de viața intimă a allor oameni pe care nu le mai vezi nicăieri altundeva în lumea cotidiană. Dar nu este numai curiozitatea singura care te poate face să te uiți la imagini care te stârnesc, dar te și dezgustă și te scârbesc totodată: în numai a treia parte dintr-o secundă formațiunea amigdaliană a metencefalului semnalizează că mesajul pornografic este unul cu semnificație atât pentru instinctul de procreare al individului, cât și pentru pericolul pe care-l anunță. Oricum, emoția este foarte puternică, de aceea va fi procesată prioritar la nivelul amigdalei, înainte de a fi prelucrată rați-

onal. Aici, *„în amigdala, amintirile sunt stocate în mod brut, ca*

nişte tipare fără cuvinte ale vieţii emoţionale."[323] *[...] Răspunsurile emoţionale sunt bine întipărite în circuitele creierului. Spre deosebire de sentimentele conştientizate, emoţiile îşi au originea în creier la un nivel mult mai profund*[324]*. Dar ce altă reacţie ar putea comanda amigdala în conexiune cu alte zone ale creierului decât o puternică excitaţie sexuală: un val de dopamină, noradrenalină, adrenalină şi serotonină invadează creierul, producând o intensă descărcare euforică. Iar dacă această experienţă se va repeta încă o dată şi încă o dată, undeva în mecanismul eliberării acestor neurotransmiţători, în special dopamina, cea care se ocupă de interesul acordat oricărei activităţi şi de motivaţie, va apărea o anumită dereglare. Creierul tinde să reducă receptorii de dopamină pentru a se proteja în faţa excitaţiei excesive.*

Aceasta înseamnă însă că celelalte activităţi vor păli din ce în ce mai mult în faţa consumului de pornografie. Căci tocmai aceasta este dependenţa: slăbirea interesului şi a motivaţiei pentru oricare altă activitate şi instalarea unei anxietăţi şi depresii în lipsa comportamentului sau a substanţei care a dereglat prin suprastimulare sistemul dopaminergic de recompensă.

De ce va adera creierul tocmai la acelaşi comportament care a produs dereglarea? Pentru că aşa a fost învăţat de-a lungul frecventelor sesiuni de supraexcitare, ca să dea semnificaţie numai acestuia, în cazul nostru mesajului şi comportamentului pornografic, în dauna tuturor celorlalte comportamente. Căci aceasta înseamnă învăţarea: formarea acelor trasee neuronale, paternuri pe care creierul tinde să le reproducă de câte ori se simte în stare de stres. Şi pentru că a constatat că de uriaşul stres al excita-

---

[323] Goleman, D. şi Davidson, R. (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, p. 22.

[324] Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain", *Mind & Memory*, 2003.

ției sexuale îl scapă descărcarea orgasmică, de câte ori se va instala stresul, creierul va apela la pornografie și comportamentele conexe ei, cum este masturbarea. Astfel, putem întrevedea deja o reprogramare a creierului, care va răspunde tot mai mult la situații de stres conform noului proiect pornografic. Dar pentru că însăși dependența generează anxietate, depresie și stres, dependentului de sex îi va veni tot mai greu să trăiască fără pornografie, tot așa cum un consumator nu poate trăi fără doza zilnică.

Deși dependența este una dintre componentele fundamentale, încă nu se poate vorbi despre o spălare a creierului dacă nu se ia în considerare și un alt aspect al mesajului pornografic.

Pornografia amestecă plăcerea cu anxietatea, atracția cu dezgustul și fascinația cu spaima

Lucrul cel mai grav, care de altfel și favorizează reeducarea, este faptul că pornografia nu înseamnă numai plăcere, ci și anxietate, dezgust și frică. „Acest lucru se întâmplă, subliniază Reisman, deoarece starea de confuzie determinată de experiența pornografică generează, prin natura sa, stări de poftă învăluite de neliniște și anxietate, care produc întotdeauna reacții de frică, mânie și rușine. Aceasta este calitatea răspunsului ce modifică starea de spirit la stimulii sexuali provocatori, etichetați de către individ ca excitare sau stârnire sexuală. Aceasta înseamnă că hipotalamusul este în alertă. [...]

Fincher relatează că, la primele semne de pericol, sistemele corpului intră în alertă, cortexul eliberează hipotala-

musul de sub controlul inhibitor, presiunea sângelui creș-

te, mușchii se tensionează, percepția senzorială se mărește, pupilele se dilată, simțul durerii este redus, pielea se înroșește, mâinile devin lipicioase și inima bate violent. Toate acestea se petrec în stările de maximă excitare sexuală sau de neliniște și teamă induse de pornografie. Dar cum amintirea unui orgasm sexual, sau care are la bază frica, revine în timpul neliniștii induse pornografic, oamenii își închipuie că sunt excitați sexual de către imaginile provocatoare. Astfel că individul ajunge să fie excitat în mod obișnuit de amintirea unui orgasm biologic, împletit cu sentimente de teamă, de rușine și altele de acest fel."[325]

Acum putem vorbi mult mai precis despre efectul de spălare a creierului prin pornografie. Amestecul plăcerii cu anxietatea și frica, cu dezgustul, sentimentul de pericol și multe alte sentimente confuze trăite însă emoțional la un nivel aproape paroxistic, pe fondul excitației produse, creează o breșă profundă în psihicul individului. Apare, după cum observă Cline, un fel de „alter ego" (sau o latură întunecată a individului), a cărui esență constă dintr-o poftă antisocială, lipsită de cea mai mare parte a valorilor[326]. Acest „alter ego" ajunge să se manifeste încet-încet ca un adevărat torționar, care supune victima unui chin psihic până când aceasta va face ceea ce i se dictează.

Prin intermediul emoțiilor puternice, pornografia pune stăpânire pe rațiune

Din punct de vedere neurologic, se poate spune că în fața acestor emoții deosebit de puternice formațiunea

[325] J.A. Reisman, *op. cit.*

[326] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 6.

amigdaliană preia controlul asupra comportamentului, nemaiținând cont de deciziile raționale luate la nivelul neocortexului. „Frica trimite mesaje urgente în toate regiunile majore ale creierului: ea induce secreția hormonilor de «fugă sau luptă» (droguri endogene), a centrilor mişcării, a sistemului cardiovascular, a muşchilor şi a intestinelor. Amigdala poate reacționa într-un atac de furie sau de frică înainte ca cortexul să afle ce se petrece, fiindcă aceste emoții primitive sunt pornite independent de şi înaintea gândirii raționale."[327] De aceea şi este atât de strâns legată formațiunea amigdaliană de procesul de reeducare.[328]

În aceste condiții, individul este dirijat de reacția automată şi inconştientă a amigdalei către comportamentul care pune în siguranță, care reduce tensiunea acumulată. Analizele imagisticii cerebrale prin metoda tomografică dovedesc însă o scădere bruscă a activității amigdalei la capătul actului sexual. În vreme ce tensiunea sexuală creşte, se măreşte şi activitatea amigdalei, însă orgasmul eliberează această tensiune şi anxietatea, reducând la zero activitatea acesteia.[329] Prin acest mecanism îi este asigurat actului reproducător liniştea maximă, în sensul că starea de vigilență este anulată cu totul în momentul şi imediat

[327] „Circuitele pornite de la sistemul limbic spre lobii prefrontali fac posibil ca semnalele unor emoții puternice - anxietate, furie şi cele înrudite – să creeze un fel de "electricitate statică neuronală", care sabotează capacitatea lobului prefrontal de a menține memoria de lucru. De aceea, atunci când suntem supărați, spunem că "nu putem gândi corect". Creierul emoțional, separat de ariile corticale studiate prin testele de inteligență, controlează furia şi compasiunea. Aceste circuite se formează prin experiențele din copilărie şi lăsam aceste experiențe pe seama întâmplării pe riscul nostrum". Cf. Reisman, J., *op. cit.*, p. 18.

[328] Amigdala este implicată şi în multe tulburări ale dispoziției afective şi de anxietate, cum ar fi tulburările de stres post-traumatic, specifice proceselor de reeducare. Stresul post traumatic produs de viol şi violență, înfometare şi bătăi stă la baza reeducării fetelor capturate, cărora li se spală creierul pentru a fi mai uşor supuse traficului şi

prostituției la care sunt destinate. (Shin, Rauch și Pitman, 2006, p. 67-79)
[129] Holstege et. al., 2003, p. 9185-93.

după contactul sexual. Dar, pe cât de mare e recompensa descărcării orgasmice a tensiunii excitatorii acumulate, pe atât de adâncă va fi înlănțuirea individului între comenzile unor comportamente iraționale de natură pornografică și această răsplată anticipată în deconectarea amigdalei și revenirea bruscă a tensiunii, însoțită de o anumită stare de euforie. Acesta devine traseul neuronal care se conturează tot mai puternic și pe care îl va reproduce cu prioritate creierul.

Mai întâi te atrage să participi empatic la batjocoră, viol și tortură, pentru ca pe urmă să te împingă să pui totul în practică

În închisorile comuniste, la Pitești, de pildă, deținuții, studenții erau constrânși prin bătaie să-și trădeze și să-și tortureze cei mai buni prieteni, cu care împărtășiseră aceleași idealuri, vise și multă suferință. Unii din cei care au refuzat până la capăt au fost omorâți în bătaie, mulți însă au cedat, devenind la rândul lor torționari ai fraților lor.

De asemenea, procesul reeducării includea batjocorirea credinței în Dumnezeu și a părinților, a valorilor celor mai importante. Consecința? Majoritatea celor care au făcut toate acestea, chiar dacă sub imperiul torturii și al groazei, sufereau un fel de ruptură sufletească, își pierdeau încrederea și respectul de sine și suportul tuturor valorilor care-i făcea să fie oameni. Reeducarea îi transforma în niște instrumente oarbe, în indivizi stăpâ-

niți de teroare, care făceau tot ceea ce le dicta torționa-

rul, individ care-i îngrozea și îi fascina în același timp. Bineînțeles, ajungeau să afirme o credință contrară celei pe care o avuseseră și îi torturau la rândul lor pe cei care gândeau și credeau precum ei înșiși gândiseră și crezuseră până să intre în reeducare.

Asupra acelorași mecanisme neuropsihologice, pe aceeași cale acționează și pornografia, cu singura deosebire că ea nu folosește recluziunea și bătaia. Din acest motiv, este cu mult mai periculoasă decât oricare altă metodă clasică de reeducare, căci puțini realizează pericolul aceasta pentru a se putea apăra.

Pornografia îți subminează încrederea și respectul de sine, pentru că te determină să te delectezi văzând batjocorirea unor femei și bărbați. Pe urmă, te atrage în capcana vizionării de violență pornografică, adică, prin mecanismul neuronilor oglindă[330] – suportul neurologic al empatiei, proiecției și identificării –, te implică direct în agresiuni sexuale, violuri și chiar acte pedofile. Astfel, fără să apeleze la constrângeri fizice, într-un mod foarte „soft", pornografia reușește să inducă același tip de traumă ca aceea suferită de deținuții din reeducarea comunistă.

Lipsește torționarul? Nicidecum. Pornografia este un torționar mult mai eficient decât cei din lagărul bolșevic, pentru că fantasmele pe care le gestionează nu mai părăsesc nici o clipă creierul victimei. Am putut constata într-un capitol anterior faptul că pornografia imprimă în creier noi trasee corticale de dimensiuni tot mai mari, ca un fel de autostrăzi către care, prin asociație, duc tot mai

[330] H. Mouras, S Stoleru, V. Moulier, *Activation of mirror neuron system by erotic vi-*

deo clips predicts degree of induced erection: an MRI study, NeuroImage 42, nr. 3, 2008, p. 1142-1150.

multe dintre situaţiile unei existenţe normale. De această răspândire a conexiunilor asociative se ocupă întreaga filmografie pornografică. În acest fel, aproape orice situaţie de viaţă – întâlnirea cu o femeie oarecare într-o conjunctură similară cu aceea dintr-un film pornografic – va conduce către derularea imaginară a unui scenariu pornografic, adică va duce la excitaţie sexuală şi tortură mentală. Spunem tortură pentru că omul nu va putea face exact ceea ce-i dictează fantasma, fie pentru că moral încă mai are o anumită reţinere, fie pentru că îi e frică de consecinţe. Şi pentru că nu se vor putea elibera altfel de tensiunea acumulată de teroarea mentală, va recurge la masturbare; iar acest lucru se va petrece din ce în ce mai des.

Aşadar, fantasmele pornografice sunt adevăraţi torţionari. Ele sunt reîmprospătate permanent prin vizionare, fiind totdeauna din ce în ce mai ciudate, mai revoltătoare, mai violente. Pentru că aceasta e legea fundamentală a drogului: trebuie un stimul tot mai puternic pentru a obţine acelaşi efect euforic sau pentru a scăpa de starea negativă pe care o generează lipsa lui. În acest fel, niciunul dintre consumatorii de pornografie nu se va putea opri doar la vizionarea unor trupuri dezgolite sau a unor acte sexuale. Sexul în grup, sadomasochismul, pedofilia sunt etape inevitabile ale consumului de pornografie pe termen lung. Toate acestea marchează nivele tot mai profunde de traumă psihologică. Plăcerea este din ce în ce mai mult asociată cu durerea, cu suferinţa – a ta sau a altuia. Astfel că victima pornografiei ajunge să-şi agreseze în primul rând soţia, impunându-i cine ştie ce perversiune, pe urmă prostituatele sau femeile cunoscute aiurea. Şi se merge în destul de multe cazuri

cunoscute aiurea. Şi se merge în destul de multe cazuri până la viol.

S-a transformat dintr-un om de treabă într-un violator în serie

„Am fost, la un moment dat, consultat, îşi aminteşte dr. Cline, într-un caz în care s-a constatat că o persoană din zona Phoenix-Tucson, preşedinte al firmei sale şi şeful comisiei din biserica pe care o frecventa, care se ocupa de ajutorarea copiilor cu probleme psihice, ajunsese un violator în serie, care violase brutal o serie de femei, sub ameninţarea armei sau cuţitului, în zona Arizonei. Atunci când am realizat un studiu al mediului social din care provenea, am constatat că venea dintr-o familie exemplară şi avusese o copilărie fără probleme. În liceu şi la universitate, fusese un elev şi student eminent.

Soţia, copiii, colegii de serviciu şi cei de la biserică nu aveau nici cea mai mică bănuială în privinţa vieţii lui duble – sau a laturii lui întunecate. Singurul factor negativ semnificativ din viaţa lui fusese o dependenţă faţă de pornografie, în prima parte a adolescenţei sale, care fusese ţinută în secret faţă de majoritatea cunoscuţilor lui. Acest lucru s-a intensificat vertiginos după o perioadă de mai mulţi ani, ajungând, ulterior, la petrecerea multor ore şi cheltuirea a foarte mulţi bani în librăriile „pentru adulţi", alături de vizionarea materialelor video pornografice violente şi masturbarea în faţa acestora.

Primul viol a fost declanşat la vederea unei femei care semăna mult cu personajul principal dintr-un film porno pe care-l văzuse cu puţin timp în urmă. Realitatea şi fantezia se amestecaseră foarte mult în mintea acestui individ, care ajunsese astfel să-şi pună în practică toate fanteziile lui sexuale patologice."[331]

[331] Cline, V.B., *op. cit.*, p. 5.

În cazul unora, violul sau torturile sexuale ajung de multe ori până la crimă. Aceasta de frica consecințelor, mai cu seamă că situația lor socială nu este aceea a unui infractor care să se ascundă după săvârşirea crimei. Aşadar, aceiaşi oameni care până mai ieri erau capi de familie, respectați pentru seriozitatea şi demnitatea lor, ajung nişte infractori sau nişte criminali. Nu este aceasta cu adevărat o spălare a creierului şi o reeducare?

Pornografia îi transformă pe oamenii vârstnici în pedofili şi pe părinți în nişte criminali incestuoşi

Cea mai gravă problemă pe care o semnalizează Reisman este condiționarea pornografică a comportamentului pedofil. Iar aceasta nu se realizează numai prin pornografia de pe internet, ci şi prin revistele pornografice care se vând în mod obişnuit la chioşcuri.

Analiza pe care a întreprins-o Reisman a avut în vedere numai revistele publicate între 1954 şi 1984, deci într-o perioadă în care, după cum vom vedea, materialele pornografice ce-i implicau şi pe copii erau mult mai rare. Şi totuşi, din „analiza conținutului revistelor Playboy (în număr de 373), Penthouse (184) şi Hustler (126), a rezultat identificarea a 6.004 imagini cu copii, precum şi a unui număr estimat de 14.854 de imagini cu crime şi violență."

„Imaginile cu copii în materiale pornografice, lecturate atât de cititori minori cât şi de adulți, disponibile la standurile de presă, au crescut cu aproape 2.600% între 1954-1984, un maxim înregistrându-se în 1978, cu un număr de 465 de imagini disponibile la standurile de ziare. Aproape două

imagini disponibile la standurile de ziare. Aproape două
treimi dintre scenariile care includeau copii erau cu subiect

sexual şi/sau violent; perioada de vârstă dominantă era între 3-11 ani; fetiţele erau mai frecvente decât băieţii, fiind asociate cel mai des cu bărbaţi adulţi; iar portretul rasial era aproape exclusiv caucazian. Aproape 1.000 de scenarii sexuale includeau copii cu adulţi; 80% dintre copii erau implicaţi activ în toate scenele; şi toate revistele îi prezentau pe copii ca neavând nimic de suferit şi/sau chiar având de câştigat din relaţia sexuală între adult şi copil.

Împreună cu circa 50.000 de imagini de nuduri de femei adulte, cele 6.004 fotografii cu copii au fost asociate, de asemenea, cu un număr de 14.854 de imagini legate de crimă şi violenţă cu persoane adulte. În acestea din urmă, persoane tinere, adulte, atât bărbaţi, cât şi femei, apăreau, în mod egal, ca victime, agresorii principali fiind bărbaţi tineri adulţi. *Playboy* – care în perioada 1954-1968 a fost singura publicaţie de acest gen disponibilă la standurile de presă – cuprindea în medie în fiecare lună 17 imagini cu copii, crimă şi violenţă. Din 1975, odată cu apariţia revistelor *Penthouse* şi *Hustler*, numărul total de imagini cu copii, crimă şi violenţă, disponibile la standurile de presă, a crescut la 111 imagini lunar. Pe scurt, aceste reviste au combinat imaginile de nuduri de femei adulte cu imagini de copii, crimă şi violenţă, pentru milioane de cititori minori şi adulţi, timp de peste trei decenii.[332]

Gary Bishopp, criminal în serie

„Un alt exemplu asupra efectelor pornografiei vine de la Gary Bishop, un pedofil homosexual condamnat, care a omorât cinci băieţi tineri în Salt Lake City, Utah, pentru a ascunde abuzul sexual săvârşit asupra lor. Acesta a scris

[332] J.A. Reisman, *op. cit.*

***

„Utilizând Indexul din New York Times şi Ghidul Cititorului pentru Periodice, am realizat (este vorba de cercetătoarea J. Reisman) o diagramă a numărului de cazuri de violenţă împotriva copiilor, sub forma de agresiuni sexuale, folosirea lor în pornografie şi exploatarea lor ca obiecte sexuale. Am început diagrama în 1945, pentru a avea o imagine privind raportările dinainte de apariţia *Playboy*. De exemplu, cuvântul «pornografie» nu a fost asociat cu copiii nici măcar ca titlu-subiect până în 1973. Până atunci, se făceau referiri doar la «agresiuni sexuale». Apoi, cam în anul 1972, a început să apară titlul «agresor de copii». Până în 1975, s-a renunţat complet la titlul «agresiuni sexuale», fiind înlocuit cu «agresor de copii» şi «viol»; până în 1977, principalele titluri au devenit «incest», «viol», «abuz asupra copiilor» şi «agresiune asupra copiilor». Trebuie precizat, de asemenea, faptul că numărul de cazuri raportate de agresiuni sexuale asupra copiilor a crescut vertiginos în 1977 – o creştere cu adevărat abruptă şi dramatică." De notat că *Playboy* a început să publice benzi desenate cu teme legate de incest în 1954, primul său an integral de apariţie.

Playboy, publicată în decembrie 1953, începe să ajungă la liceanul obişnuit pe la jumătatea anilor '60. *Penthouse* este lansată în 1969. *Hustler* apare în 1974, iar între 1975-1977 promovarea „oficială" a pedofiliei în filmul „Pretty Baby" este integrată în curentul principal de atitudine.

Până în 1980, apar şi titlurile „crimă din pasiune" şi „cercuri sexuale cu copii". În 1984, referindu-se la copii,

apare titlul „viol în serie" (şi mutilare, sindromul Ted Bundy), iar în 1986 apare ca titlu „asfixierea auto-eroti-

că" (o formă de sinucidere accidentală prin strangulare în timpul masturbării în scopuri pornografice). În 1988, apare în presă „asfixierea erotică sexuală" (crimă de „sex dur" comisă de către partenerul bărbat, prin strangulare în timpul unui act sexual). Tot în 1988, apare „uciderea rituală" a copiilor (satanică/ocultă), moment la care s-a încheiat acest studiu.

Ulterior, principalele categorii au inclus „răpiri de copii", în 1998 înregistrându-se un număr de circa 58.200 de copii – majoritatea abuzați sexual – răpiți de persoane din afara familiei. „Pornografie cu copii" („kiddie porn" şi „baby porn") sunt câteva titluri apărute mai recent.[334]

Efectul? „Cât de des imaginile cu «copii dormind» care doresc să facă sex cu «Tata cel mare» (Big Daddy) văzute în mesajele pornografice influențează comportamentul bărbaților care se apleacă asupra copiilor ca să îi sărute seara la culcare. Cât de des neurotransmițătorul chimic a fost declanşat, creând o dorință sexuală față de copil? Păpuşile, codițele, cântecele de grădiniță, ursuleții de pluş, toate simbolurile copilăriei asociate cu mesajul pornografic ajung să aibă puternice conotații sexuale în capul acestor părinți. Atunci, tatăl sau ruda apropiată va fi cuprinsă de dorință, teamă, dar şi ruşine în a-l viola pe copil, viol care, de obicei, are loc în timpul somnului, când copilul este cel mai vulnerabil şi cel mai puțin capabil să opună rezistență."[335] Poate că va reuşi să se controleze, însă până când? Dacă va continua vizionarea pornografiei pedofile, îi va fi tot mai greu să controleze războiul interior.

În SUA, abuzul sexual împotriva copiilor a crescut între 1980 şi 1990 cu 322%. În Anglia mai mult de 36% din

[334] Riesman, J., *op. cit.*, p. 28.
[335] Riesman, J., *op. cit.*, p. 24.

toate violurile raportate la poliție au avut ca victime copii și adolescenți sub 16 ani. [336] O statistică realizată în anul 2004 arăta că în America, 15% dintre abuzurile sexuale erau îndreptate împotriva copiilor sub 12 ani și 29% împotriva adolescenților cu vârste cuprinse între 12 și 17 ani.[337]

Fiind prea timid, pornografia l-a transformat într-un pedofil incestuos

MĂRTURIE: „Un bărbat de 30 de ani, necăsătorit, cu o viață socială activă, are un istoric de dependență pornografică. Fiind prea timid și prea puțin educat pentru a invita femei adulte la întâlniri și a avea o relație, a început să aibă relații intime cu nepoatele lui, în vârstă de patru și, respectiv, șapte ani, fapt care a culminat cu molestarea lor sexuală repetată. Activitățile sexuale explicite pe care le viziona în pornografia «pentru adulți» i-au alimentat și mai mult apetitul sexual și interesul pentru copiii respectivi.

Simțindu-se vinovat pentru ceea ce făcea, ulterior a mers la un specialist, pentru consiliere. Însă, din cauza faptului că statul în care locuia avea o lege a anulării confidențialității în astfel de cazuri, a fost raportat autorităților pentru abuzarea sexuală a acelor copii. Datorită atitudinii lui cooperante și a faptului că avusese inițiativa să meargă la un psiholog, a fost eliberat condiționat, a primit tratament psihoterapeutic pe termen lung și astăzi duce o viață mai apropiată de normal."[338] ■

[336] A. Walker, C. Kershaw, S. Nicholas, (2006) *Crime in England and Wales 2005/06* (PDF). Home Office Statistical Bulletin (July 2006 / 12/06).

(PDF). Home Office Statistical Bulletin (July 2008 / 12/08).

[330] U.S. Department of Justice, *National Crime Victimization Survey*, 2004.

[331] Cline, V.B., op. cit., p. 1.

Între instinctul de reproducere și relația de dragoste

Cum de a ajuns omenirea să fie prinsă în această uriașă criză a sănătății mentale pe care o presupune consumul de pornografie? Cum de a ajuns omul să se comporte mai rău decât oricare dintre animale? Răspunsul este simplu: A fost convins încetul cu încetul că nu este decât un animal mai evoluat și, ca atare, trebuie să renunțe la valorile sale morale și spirituale care îl definesc ca om, îmbrățișând cu toată puterea consecințele satisfacerii instinctului sexual. Sensul profund al sentimentului de dragoste a fost înlocuit de dorința sexuală, atașamentul sufletesc a fost substituit de exacerbarea excitației și a plăcerii sexuale și, în consecință, viața de familie a fost înlocuită cu o viață sexuală complet liberalizată.

Într-adevăr, instinctul de reproducere este extrem de important pentru existența lumii vii, căci prin el devine posibilă perpetuarea speciilor. De legile sale nu poate face abstracție nici un animal, chiar dacă anumite condiții de existență nu-i permit întotdeauna să se reproducă. Și la om acest instinct este unul dintre cele mai puternice, suficient ca să-i marcheze viața. Însă spre deosebire de animale, omul poate să-l ignore pentru atingerea unui ideal mai înalt sau a unui sentiment mai puternic cum ar fi, spre exemplu, dragostea.

Oricine știe sau simte acest lucru: determinant pentru fericirea omului nu este libidoul, ci nevoia de afecțiune, de susținere emoțională, de dragoste. Dovada acestui fapt o avem în faptul că niciodată în istoria umanității nimeni nu

avem, în faptul că niciodată în istoria umanității nimeni nu s-a sinucis pentru că nu a putut să copuleze, însă nu puțini

au fost aceia care au renunțat la viață din cauza unei iubiri neîmpărtăşite. Sau, bunăoară, numeroase femei care şi-au pierdut soții în diverse circumstanțe ale vieții au preferat să-şi crească copiii singure, rămânând fidele iubirii celei dintâi. Chiar şi monahismul mărturiseşte faptul că omul poate atinge idealul unei vieți liniştite şi fericite, fără a suferi de pe urma nesatisfacerii instinctului de procreare.

Aşadar, deşi constatăm şi la om existența unui puternic instinct de reproducere, pe care se întemeiază de altfel perpetuarea speciei umane, acesta nu este determinant, şi se manifestă aproape întotdeauna în contextul unei nevoi şi mai importante a persoanei umane, nevoia de a iubi şi a fi iubit, nevoia de afectivitate.

Până acum, nimic nou. Acest lucru este recunoscut de toate culturile şi religiile umanității, de întreaga literatură universală. Doar că în urmă cu jumătate de secol acest punct de vedere a fost contestat în cadrul a ceea ce s-a numit „revoluția sexuală". Mai concret, ruperea sexualității de dimensiunea ei afectivă şi transformarea relației sexuale într-un fel de sport sau divertisment a debutat odată cu hipermediatizarea experimentelor pe care Kinsey[339] le-a făcut la jumătatea secolului trecut.

El este primul care avansează ipoteza că sănătatea fizică şi psihică depinde de frecvența orgasmelor sexuale. De la el încoace, începe să i se rezerve masturbării un rol central în sexualitatea umană, fiind transformată într-un fel de tabu, deşi experiența clinică a doctorilor de pretutindeni susținea până la începutul secolului al XX-lea că aceasta

[339] Revoltător este faptul că Guvernanții de atunci ai Americii au acceptat aşa zisele rezultatele unui studiu care vorbea despre orgasmul avut de copii aflați între vârste de cinci luni şi paisprezece ani. Mai mult, nici astăzi nu se doreşte condamnarea prac-

ticilor aşa-zis ştiinţifice ale lui Kinsey, deşi există persoane care mărturisesc că au fost violate sistematic de tată sau de alte persoane, plătite fiind de Kinsey pentru aceasta.

este cel mai nociv comportament pentru sănătatea omului. Plecând de la cele două cărţi scrise de Kinsey[340], mass-media a promovat liberalizarea sexualităţii în sensul exultării aventurilor amoroase ale unei sexualităţi scoase complet de sub auspiciile relaţiilor maritale.

Deşi Kinsey şi toţi ceilalţi care au condus revoluţia sexuală susţineau că omul va atinge, prin intermediul orgasmului, cele mai ridicate standarde de sănătate biologică şi mentală, precum şi fericirea, realitatea dovedeşte contrariul. Oamenii sunt astăzi, în epoca pornografiei, anxioşi şi bolnăvicioşi, depresivi şi extrem de nefericiţi. Depresia a ajuns deja una dintre cele mai răspândite boli de pe glob. În schimb, cercetări mai noi dovedesc faptul că relaţia sexuală normală presupune o rată a bolilor mult mai redusă decât oricare dintre perversiuni – sexul anal, oral, masturbarea etc. –, chiar mai redusă decât sexul „protejat"[341]. De asemenea, o viaţă armonioasă de familie oferă protecţie în faţa bolilor şi a stresului, iar părinţii care-şi înconjoară copiii cu dragoste sunt cei mai longevivi[342].

Toate aceste date au impulsionat cercetarea neurochimiei şi neurobiologiei actului sexual, ajungându-se la constatări de-a dreptul şocante pentru cei familiarizaţi cu propaganda dusă în ultimele decenii sub auspiciile revoluţiei sexuale. Studiile demonstrează în mod evident că scoaterea sexualităţii din contextul afectiv al relaţiilor maritale îl introduce pe individ în cercul vicios al anxietăţii şi al depresiei, al dependenţei de sex şi al confruntării cu patologii de tot felul.

[340] Comportamentul sexual al bărbaţilor (1948) şi Comportamentul sexual al femeii (1953)

[341] Frohlich P, C Meston, Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women. J Sex Res. 2002 Nov;39(4):321-5.

toms among college women, J Sex Res. 2002 Nov;39(4):321-5.

342 Cal Tech, Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows, (1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site.

Efectul de mahmureală

Efectul de mahmureală, ce urmează orgasmului sexual, e cel mai mare duşman al relaţiei sexuale, şi chiar un factor de risc pentru sănătatea individului, atunci când se exagerează cu transformarea actului sexual în mijloc de agrement. Mahmureala, fenomen întâlnit tot mai des şi într-o formă tot mai gravă în zilele noastre, este după cât se pare frâna pe care natura umană însăşi o pune în faţa transformării sexului în divertisment. El este vinovat şi de răcirea relaţiilor dintre soţi, de certuri şi chiar de divorţul unor cupluri în care totul părea să meargă perfect[343]. În ce constă această mahmureală, care este logica ei şi cum poate fi ea depăşită? Care este explicaţia faptului că actul sexual poate conduce în anumite situaţii la un dezechilibru în viaţa individului? De răspunsul la aceste întrebări depinde înţelegerea corectă a modului în care relaţia dintre bărbat şi femeie poate avea un viitor şi poate asigura fericirea acestora. Pentru aceasta trebuie să cunoaştem mai bine neurobiologia relaţiei sexuale şi a raporturilor conjugale, stăruind asupra a trei dintre cei mai importanţi actori ai actului sexual: dopamina, prolactina şi oxitocina.

Dopamina moderează dorinţa, determină excitarea şi contactul sexual

Cel mai bun indicator al interesului privind o altă persoană şi al excitaţiei sexuale este emisia de dopamină. Ea

343 J.K. Kiecolt-Glaser, et al. (2001). Marital Stress: Immunological, Endocrinologi-

J.K. Kiecolt-Glaser, et al., (2001), Marital Stress: Immunological, Endocrinological, and Health Consequences, Retrieved November 4 2004, from Ohio State University Web site.

semnalizează semnificația deosebită a acestui act prin inducerea unei euforii intense la debutul excitației sexuale. Dopamina constituie prima recompensă și poate cea mai puternică pe care o primește din punct de vedere neurologic și psihologic omul care se implică într-un act sexual. Valul de dopamină pe care-l induce însă orgasmul este mult mai mare decât cel produs de oricare alt comportament plăcut din viața omului. Nivelul este aproape patologic, iar acest lucru a fost demonstrat prin experiențele de imagistică cerebrală.

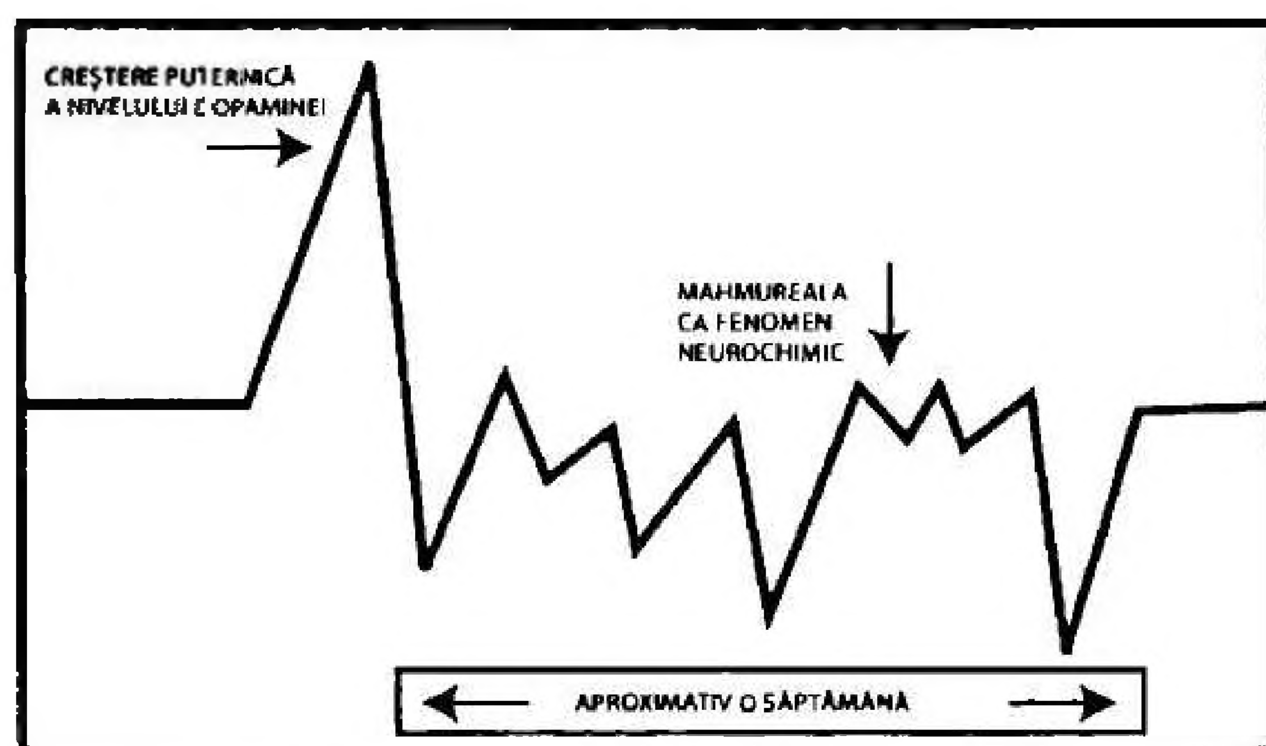
În anul 2003, colectivul de cercetare condus de olandezul G. Holstege a constatat, folosind tomografia cu emisie de pozitroni, că excitația sexuală, și mai ales orgasmul, activează aceleași regiuni corticale ca și heroina, la o intensitate comparabilă cu efectul dat de acest drog. Este vorba de Zona Ventrală Tegumentară și alte regiuni unde se înregistrează o puternică emisie de dopamină[344].

Această uriașă recompensă se explică prin importanța pe care o joacă actul copulator în perpetuarea speciei. Căci dopamina nu numai că anunță o recompensă, fiind ea însăși o recompensă prin euforia pe care o induce, dar și motivează individul să urmărească satisfacerea comportamentul respectiv. Fără această recompensă, din punct de vedere organic, omul, nu ar mai fi determinat să aibă un contact sexual. Faptul este demonstrat de libidoul scăzut al persoanelor cu deficit de dopamină.

În mod natural însă, excesul de dopamină chiar și pe un interval scurt de timp are un revers negativ. Creierul dă semne de adaptare la noua situație și micșorează receptivitatea receptorilor la dopamină, adică face în așa fel încât efectele acesteia să fie diminuate. Acest mecanism generea-

[344] G. Holstege et al., Brain Activation during Human Male Ejaculation, *Journal of Neuroscience*, 08 octombrie 2003, 23 (27)::9185-9193.

ză în timp dependența de comportamentul sau situația care a indus valul inițial de euforie. Spunem „în timp", pentru că e nevoie de mai multe sesiuni de excitație puternică la intervale scurte de timp pentru a conduce la modificări de durată în mecanismele recompensei dopaminergice. Acest lucru se produce în cazul consumatorilor de pornografie în numai câteva săptămâni.



Efectul de mahmureală durează în jur de o săptămână,
în funcție de gradul de epuizare
dat de stres, de viața sexuală sau datorat lipsei
afectivității la realizarea relației intime.

Tendința de scădere a receptivității la dopamină, în cazul ogasmului, nu e decât un alt mecanism de control al excitației, o reacție de apărare a organismului. Dacă nu ar exista această reacție, probabil că oamenii ar tinde să repete tot mai mult comportamentul respectiv până și-ar produce grave leziuni corticale și o epuizare totală[345].

[345] Faptul a fost demonstrat într-un experiment pe șoareci cărora li s-a cuplat un

tr pe nervii asupra cărora acționa dopamina pe care puteau printr-un curent să îi excite producându-și astfel o cât mai mare plăcere-excitație. In același timp, șoarecii puteau apăsa pe o pedală astfel încât puteau să continue excitația sau să o oprească.

În acest punct, putem începe să înțelegem cauza stării de indispoziție și mahmureală care urmează în genere actului sexual. Cercetările demonstrează, că, într-adevăr, după valul mare de dopamină produsă de orgasm, aceasta va scădea împreună cu nivelul testosteronului[346] și receptorii androgeni. Acesta ar fi primul motiv al stării de mahmureală specifică sfârșitului actului sexual. Experiențele au demonstrat că la om această stare durează cel puțin o săptămână, în unele cazuri chiar mai mult[347]. În cazul celorlalte primate, experiențele dovedesc că această retragere durează pe parcursul a două săptămâni. În acest timp, șoarecii nu mai resimt atracție față de partenerele lor chiar dacă acestea se află în perioada de maximă fertilitate[348].

Fenomenul se explică nu numai prin încercarea organismului de a se reface în urma consumului excesiv produs de actul sexual. Se pare că rolul principal în această reacție îl are codificarea genetică a procesului sexual, care este deosebit de interesant pentru creier și hormoni, până în momentul copulației. Odată realizată însămânțarea se încheie această etapă, urmând perioada gravidității și nașterea copilului.

Actul sexual determină mai întâi o creștere puternică a nivelului de dopamină, care este urmată după încetarea

S-a observat că șoarecii au refuzat mâncarea sau împerecherea, apăsând pe pedală până au căzut epuizați. Vezi Olds, J., și Milner, P. (1954), *Jurnalul de Psihologie și fiziologice comparative*, 47, 419-427.

[346] Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men", *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003, pp. 236-40 și M. Jiang, Periodic changes in serum testosterone levels after ejaculation in men, Sheng Li Xue Bao. 2002 Dec 25;54(6):535-8.

[347] M. Jiang , Xin J , Q Zou , JW Shen, A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men, J Univ Sci Zhejiang. 2003 Mar-aprilie; 4 (2) :236-40.

[348] S. Putnam, et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with

S. Putnam, et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, Horm compor. mai 2001; 39: 216-24.

acestuia de o cădere bruscă a acesteia, scădere care poate dura câteva zile. Efectul este cu atât mai puternic cu cât persoana respectivă se excită mai des sau are mai multe orgasme sexuale.

La consumatorii de pornografie, acest mecanism este determinant pentru apariția dependenței. Maximele valului de dopamină sunt urmate de minime din ce în ce mai scăzute, instalându-se depresia şi celelalte simptoame corelate cu deficitul de dopamină. Omul tinde aproape inconştient să se întoarcă la comportamentul respectiv, pentru a-şi recăpăta plăcerea de a trăi. Astfel, succesiunea maxime-minime de dopamină va conduce la dependență.

Exces de dopamină	**Deficit de dopamină**	**Nivel normal de dopamină**
Dependență	Dependență	Motivație
Anxietate	Depresie	Sentiment de bine; satisfactie
Comportament compulsiv	Lipsa de plăcere şi bucurie	Plăcerea, bucuria de a realiza ceea ce-ți propui
Fetişuri sexuale	Lipsa de inițiativă	libidou sănătos
Dependență sexuală	Incapacitatea de a iubi	sentimente bune față de alții
Risc privind comportamentul sexual – aventuri sexuale	Libidou scăzut	
agresiune	Deficit de atenție cu hiperactivitate	Aşteptări realiste
Psihoză	Tulburare de anxietate socială	Dragoste paternă şi maternă

Schizofrenia	Comportamentul antisocial	

Dacă numai nivelul de dopamină ar scădea, individul ar fi tentat să se întoarcă imediat la actul sexual pentru a se simți din nou bine. Căci scăderea dopaminei e însoțită de o stare de indispoziție, de depresie. Dar noua experiență sexuală nu face decât să adâncească şi mai mult căderea ulterioară a dopaminei. Şi iarăşi s-ar repeta actul până la epuizare. În acest fel, individul ar fi marcat de o permanentă schimbare de dispoziție care ar face năucitoare viața sa intimă. Acest lucru se petrece după cum am putut constata anterior în cazul consumului de pornografie, unde stimulii excitatorii sunt prea puternici pentru a se mai putea bloca pe termen lung creşterea dopaminei. În mod normal însă, organismul mamiferelor dispune de un alt mecanism de blocare a excitației sexuale şi a creşterii rapide a dopaminei. Acesta de datorează prolactinei.

Prolactina moderează starea de sațietate sexuală

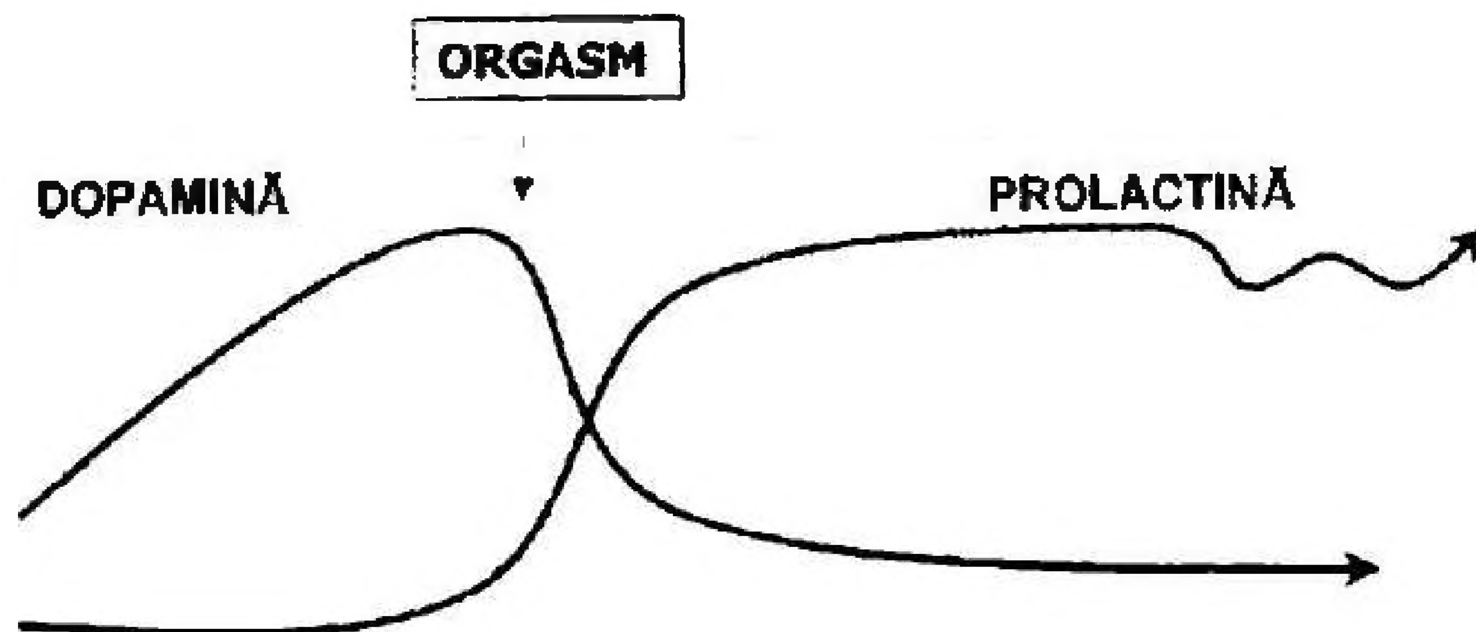
Prolactina îndeplineşte mai multe funcții în organismul uman, între care se află şi reglarea comportamentului sexual. În timp ce dopamina scade după orgasm, prolactina creşte imediat, atât la bărbați, cât şi la femei, acționând ca un mecanism de sațietate sexuală[349].

Cercetările desfăşurate până în prezent nu ne pot spune care sunt nivelurile prolactinei în următoarele două săptămâni după încheierea unui act sexual. Aceasta pentru că studiile realizate au măsurat nivelul hormoni-

[349] TH. Kruger, et al. (2003). Specificity of the neuroendocrine response to orgasm during sexual arousal in men, *Bulletin et Memoires de l Academie Royale de Medecine de Belgique* 157(7-9):383-90.

lor numai în intervalul de o oră şi neurotransmiţătorilor din sânge sau salivă de la încheierea orgasmului. Studiile îi determină însă pe cercetători să susţină că prolactina ar putea rămâne la un nivel ridicat până la o săptămână după actul copulator[350].

Relaţia dintre dopamină şi prolactină



Desigur, nivelul prolactinei nu va fi atât de ridicat în timpul săptămânii de după întâlnirea trupească precum este pe parcursul primei ore, însă va fi suficient de mare

[350] Spre exemplu, la şobolan, şi în genere la celelalte mamifere, prolactina continuă să rămână ridicată timp de două săptămâni după împerechere. Vezi: E. Polston, and al. (2001). NMDA-mediated activation of the medial amygdala initiates a downstream neuroendocrine memory responsible for pseudopregnancy in the female rat. *Journal of Neuroscience* 21 (11) :4104-10.

De asemenea, în studiile făcute pe consumatorii de cocaină s-a constatat că retragerea cocainei (care, ca şi actul sexual, produce multă dopamină) nivelul prolactinei creşte şi necesită două săptămâni pentru a reveni la niveluri normale. C. Contoreggi, et al. (2003). Treatment-seeking inpatient cocaine abusers show hypothalamic dysregulation of both basal prolactin and cortisol secretion, *Neuroendocrinologie* 78:154-162.

Şi nu în ultimul rând, efectul inhibitor pe care prolactina îl are asupra nivelului de testosteron ne îndreptăţeşte să afirmăm că în săptămâna de după încheierea unei relaţii

sexuale, cât trebuie ca testosteronul să revină la nivelul său normal, valorile prolactinei vor rămâne mai ridicate. Vezi: Huang JY WJ, Yeh, SF Kan, et al. Effects of hyperprolactinemia on testosterone production in rat Leydig cells, *J Cell Biochem.* 2001; 80 (3) :313-320.

pentru a afecta starea noastră de spirit şi comportamentul. În situații de stres, prolactina creşte, determinând sentimente de descurajare şi disperare, fapt care explică problemele care apar în multe relații intime.

Problemele de care se plâng adesea cuplurile la capătul „lunii de miere" pot fi asociate cu uşurință unui nivel ridicat de prolactină, în condiții în care lista acestor probleme seamănă mult cu simptomele hiperprolactinemiei[351].

Excesul de prolactină la femei	**Excesul de prolactină la bărbați**
Pierderea libidoului	Pierderea libidoului
Schimbările de dispoziție / descurajare, depresie	Schimbările de dispoziție descurajare, depresie
Ostilitate, anxietate	Scăderea potenței sexuale
Dureri de cap, tulburări de vedere	Dureri de cap, tulburări de vedere
Simptomele menopauzei, chiar şi atunci când cantitatea de estrogen este suficientă	Infertilitatea
Semne de creştere a concentrației de testosteron	Nivelul scăzut de testosteron
Creştere în greutate	Creştere în greutate

Aşadar, mahmureala este un fenomen natural care indică în primul rând faptul că actul sexual îşi are finalitatea în reproducerea speciei şi nu este, pur şi simplu, un furnizor oarecare de plăceri euforice, relaxare şi di-

[351] Heaton Jeremy. Prolactin: An integral player in hormonal politics, *Contemporary Urologie*, iunie 2003; 15:17-25.

vertisment. Scăderea dopaminei şi creşterea prolactinei sunt doar două dintre componentele perturbării stării de sănătate sau a celei psihologice un timp după actul sexual. Aceste fenomene, în cazul omului, pot să fie atenuate mult până la a trece neobservate, însă numai în anumite condiţii. Ele explică în mare măsură indispoziţia, irascibilitatea, anxietatea şi celelalte stări negative care pot urma actului sexual pentru câteva zile, vizibile mai intens la persoanele slăbite din cauza oboselii sau a stresului excesiv. Mai întâi să ne oprim puţin asupra Efectului Coolidge căci şi acesta explică anumite aspecte ale sexualităţii umane.

Efectul Coolidge sau despre saturaţia sexuală în raport cu acelaşi partener

Termenul provine de la o anecdotă atribuită preşedintelui american Calvin Coolidge. Acesta, în timpul unei vizite întreprinse într-o fermă, îşi exprima nedumerirea asupra modului cum proprietarul reuşeşte să obţină atât de multe ouă cu un număr mic de cocoşi. Fermierul susţine că fiecare cocoş este capabil „să-şi facă datoria" de mai multe ori pe zi. Doamna Coolidge îi spuse: „Te rog, spune asta şi domnului preşedinte". Când Preşedintele a trecut prin faţa găinilor şi i s-a vorbit despre cocoş şi despre remarca soţiei, a întrebat: „Cu aceeaşi găină, de fiecare dată?" Fermierul sublinie că de fapt

este vorba de o altă găină, de fiecare dată alta, numărul acestora fiind mai mare decât al masculilor. Preşedintele

a dat uşor din cap, zicând: „Spune-i asta Doamnei Coolidge".

Efectul de saturaţie a fost constatat la toate speciile de mamifere, mai ales la masculi, şi într-o mai mică măsură şi la femele. Spre exemplu, dacă un şoarece este adus în prezenţa unei femele în perioada de fertilitate el va copula până când se va instala starea de saturaţie. Nivelul de dopamină va coborî şi aşa rămâne până la aproximativ 15 zile[352]. Deci perechea nu-l mai interesează deloc. Dacă însă este adusă o nouă femelă, imediat se constată o creşterea a nivelului de dopamină[353], adică a interesului sexual şi a excitaţiei. Şoarecele va copula din nou până se instalează din nou saturaţia. Deşi organismul cobaiului este din ce în ce mai epuizat, acesta va continua să copuleze până va cădea jos în nesimţire.

De ce fiecare nou partener va stimula atenţia, adică creşterea nivelului de dopamină şi o nouă excitaţie sexuală? Se pare că noutatea în genere are darul acesta de a suscita atenţia prin emisia unei mai mari cantităţi de dopamină[354]. Pe de altă parte, instinctul de reproducere e atât de puternic, încât masculul trece peste impasul epuizării şi copulează până se prăbuşeşte.

Apare şi în cazul omului efectul Coolidge? Desigur. Acesta explică tendinţa multor bărbaţi şi femei de a-şi căuta alţi parteneri de sex sau explică atracţia sexuală sporită pe care o poate exercita altă persoană de sex opus, chiar dacă din punct de vedere al relaţiilor sexuale

[352] S. Putnam, et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, Horm compor. mai 2001; 39: 216-24.

[353] D. F. Fiorino, Dynamic Changes in Nucleus Accumbens Dopamine Efflux Du-

ring the Coolidge Effect in Male Rats, Volume 17, Numărul 12, *Eliberarea din 15 iunie 1997* pp. 4849 – 4855.

[354] http://www.medicalnewstoday.com/articles/48722.php

conjugale, apetitul sexual este foarte redus, dacă nu şi inexistent.

Şi totuşi, ne putem pune întrebarea: Cum se explică faptul că în pofida atâtor „impedimente naturale" privind relaţiile sexuale cu un singur partener, dintotdeauna oamenii şi-au întemeiat familii care au rezistat în cele mai multe cazuri până la moartea lor, având o viaţă echilibrată şi fericită? Cum se explică faptul că viaţa armonioasă de familie este cel mai bun indicator pentru sănătate şi longevitate? Explicaţia ne-o oferă înţelegerea rolului pe care oxitocina îl joacă în relaţiile conjugale, în sănătatea trupească şi cea psihică a fiecăruia dintre noi.

Oxitocina sau hormonul ataşamentului şi al dăruirii altruiste

Mahmureala sau perturbarea pe care o provoacă în viaţa organismului creşterea nivelului de prolactină şi scăderea dopaminei poate fi de o intensitate mai mică sau mai mare. Unii abia o sesizează – în chipul unor uşoare indispoziţii şi irascibilităţi, în timp ce la alţii se ajunge până la patologii din cele mai grave. Factorii de risc, cum sunt masturbarea şi celelalte perversiuni sau relaţiile sexuale practicate în scop recreativ, precum un sport oarecare, pe fondul stresului şi al epuizării, conduc în tot mai multe cazuri la sindromul bolii postorgasmice (Post Orgasmic Illness Syndrome)[355], care durează între patru şi şapte zile

[355] Jane MRCP Ashby, David Goldmeier, CASE REPORT: Postorgasm Illness Syndrome—A Spectrum of Illnesses, *The Journal of Sexual Medicine*, Volume 7, Issue 5, pages 1976–1981, May 2010.

după un act sexual oarecare. Dureri de articulații, iritare a ochilor, stare de epuizare, dureri de genunchi și de cap, amețeli, anxietate, slăbirea concentrării și alte probleme cognitive îi luptă într-un grad mai ridicat sau mai scăzut pe acești oameni. Simptomatologia aceasta este tot mai des întâlnită astăzi în epoca dezlănțuirii pornografiei și a aventurilor sexuale, apărând mai intens după câțiva ani de batjocorire a propriilor resurse trupești și sufletești.

Cum de se poate ca nevinovatul act sexual să poată produce atâtea supărări în viața omului, contrar celor susținute de Kinsey și de o întreagă industrie a sexului? De ce, înainte vreme, lucrurile acestea erau total necunoscute, și chiar astăzi sunt foarte puțin evidente pentru cei mai mulți dintre oamenii care au o viață de familie armonioasă? Explicația ne-o dă oxitocina, hormonul atașamentului, al afectivității și al dragostei.

Acest minunat hormon se eliberează în organism atunci când este evocată sau este împărtășită dragostea. Spre exemplu, în momentul în care unui bărbat îi este arătată poza soției sale îi crește cantitatea de oxitocină din sânge. Tot așa se întâmplă când o femeie vede poza său soțului iubit. De asemenea, nivelul de oxitocină crește în organismul părinților când se reportează la copilul lor[356], mai cu seamă atunci când mama își ține în brațe copilul. Orice manifestare de tandrețe, mângâierile, îmbrățișările, vorbele de încurajare, toate acestea măresc cantitatea de oxitocină. De asemenea, cu cât soțul și soția se iubesc mai mult, cu atât sporește cantitatea de oxitocină care însoțește actul sexual, orgasmul și starea postorgasmică. Ce înseamnă aceasta?

[356] R. Feldman, variațiile naturale în îngrijirea mamei și a paternă sunt asociate cu modificări sistematice în oxitocina urma unui contact parinte-copil, *Psychoneuroendocrinology*, sept. 2010; 35 (8) :1133-41. Epub 2010 februarie 12.

Oxitocina poate contracara într-o măsură mai mică sau mai mare efectele negative ale efectului de mahmureală. Acest hormon minunat ajută la recuperarea rapidă a organismului după efortul actului în sine și întreține starea pozitivă și de receptivitate a celuilalt. Eliberarea oxitocinei pe parcursul actului sexual cimentează și mai mult relația dintre soț și soție.

Afectivitatea, mângâierile, manifestările dragostei, crescând nivelul de oxitocină, contribuie la sănătatea omului și nu orgasmul, care mai mult o dezechilibrează. De aceea, relațiile armonioase dintre soți, întemeiate pe dragoste, înțelegere și sprijin emoțional, sunt un bun indicator pentru sănătate. Astfel se explică de ce părinții care iubesc și-și ocrotesc copiii sunt mult mai longevivi decât ceilalți.

- Nivelul de oxitocină crește și numai la o atingere și o susținere din partea soțului sau a soției; la femei, mai ales, cantitatea mai mare de oxitocină are un efect de protecție cardiovasculară, de reducere a tensiunii arteriale[357].
- Oxitocina contracarează efectele cortizonului – hormonul stresului – crescând mult rezistența la stres, adică, implicit, contribuie la creșterea imunității[358].
- S-a demonstrat, de asemenea, că oxitocina susține individul în fața stresului psiho-social[359].

[357] M. Karen, Effects of Partner Support on Resting Oxytocin, Cortisol, Norepinephrine, and Blood Pressure Before and After Warm Partner Contact, *Psychosomatic Medicine*, (2005) 67:531-538

[358] Jean-Jacques Legros, Oxytocin mediates the antidepressant effects of mating behavior in male mice, *Neuroscience Research*, Volume 68, Issue 2, October 2010, Pages 151-153. Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being,

social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med.* 2005; 51 (1) :57-80.

[359] M. Heinrichs et al. Social support and oxytocin interact to suppress cortisol and subjective responses to psychosocial stress, *Biol Psihiatrie.* 15 decembrie 2003; 54 (12) :1389-98.

▪ Interacțiile sociale sau familiale producătoare de oxitocină ajută în procesul de vindecare şi de creştere[360].

▪ Oxitocina joacă un semnificativ rol anxiolitic (reduce anxietatea)[361] şi are un efect calmant[362].

▪ La încheierea actului sexual, oxitocina contribuie la diminuarea efectului de mahmureală (reduce anxietatea şi depresia şi recuperează mult mai repede consumul substanțial produs de actul în sine)[363], bineînțeles, atunci când relația este mediată de sentimentul de dragoste. Cercetările au dovedit că în cadrul manifestării sentimentului de dragoste, oxitocina mediază activarea circuitului de recompensă şi măreşte cantitatea de dopamină din mezolimbic[364].

▪ Niveluri mari de oxitocină sunt asociate cu ataşamentul față de părinți şi sunt invers proporționale cu stresul psihologic şi cu simptoamele depresive[365]. Adică, oxitocina joacă şi un rol antidepresiv.

▪ Oxitocina reduce pofta de mâncare. Şi ajută la o recuperare mai rapidă în urma consumului de droguri şi alcool. De aici putem înțelege rolul extraordinar pe care-l pot juca cei apropiați în curele de dezintoxicare[366].

---

[360] Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med.* 2005; 51 (1) :57-80.

[361] M . Tops, Anxiety, cortisol, and attachment predict plasma oxytocin, *Psychophysiology* 2007 May; 44(3).

[362] O injecție cu oxitocină poate calma un şobolan aflat într-o cuşcă plină cu şobolani anxioşi. Agren, G. & Lundeberg, T. (2002). Social stress blocks energy conservation in rats exposed to an oxytocin-injected cage mate, *Neuroreport* 13(11):1415-9.

[363] M. Waldherr şi I. D. Neumann, Centrally released oxytocin mediates mating-induced anxiolysis in male rats, *Proc Acad. Sci Natl SUA A.* 2007 octombrie 16; 104 (42) : 16681-16684.

[364] L.J. Young and Z. Wang, The neurobiology of pair bonding, *Nat. Neurosci.* 7 (2004), pp. 1048–1054. Full Text via CrossRef | View Record in Scopus | Cited By in Scopus (228).

[365] I. Gordon, Oxytocin and cortisol in romantically unattached young adults: associations with bonding and psychological distress, . *Psihofiziologie* mai 2008; 45 alineatul

(3) :349-52. Epub 2008 februarie 04.

366 Kovacs GL, Samyai Z, Szabo G (1998) Oxytocin and addiction: a review. *Psychoneuroendocrinology* 23:945–962.

▪ Oxitocina reduce, de asemenea, pofta de dulciuri[367]. În timp ce zahărul scade cantitatea de oxitocină.

▪ Oxitocina creşte receptivitatea sexuală şi contracarează impotenţa[368].

▪ Oxitocina contribuie la stabilirea de relaţii sociale, este implicată în construirea unei relaţii de încredere între oameni[369] şi sporeşte generozitatea[370].

▪ Oxitocina îmbunătăţeşte capacitatea de a intui starea mentală a celorlalţi atunci când te afli în contact cu ei[371]. Adică, ajută la procesul de socializare.

▪ La copiii cu autism se înregistrează niveluri reduse de oxitocină în sânge, lucru pentru care acest hormon se consideră că poate juca un rol esenţial în sprijinirea recuperării hadicapului[372].

▪ Oxitocina ajută de asemenea în vindecarea mai rapidă a rănilor şi asigură protecţie în faţa bolilor cardiovasculare[373].

▪ Contribuie la reducerea durerii[374].

---

367 Billings LB, Oxytocin and addiction: a review, *Psychoneuroendocrinology* noiembrie 1998; 23 (8) :945-62.

368 Pedersen CA, Boccia ML: Oxytocin maintains as well as initiates female sexual behavior: effects of a highly selective oxytocin antagonist.

369 M. Kosfeld et al. 2005. Creşteri Oxytocin increases trust in humans, *Natur* 435:673-676.

370 Zak, Stanton PJ, AA, Ahmadi, A. 2007. Oxytocin increases generosity in humans. *PLoS ONE* 2 (11): 1128.

371 G. Cupole, et al., Oxytocin improves "mind-reading" in humans, *Biol Psihiatrie*. 15 martie 2007; 61 (6) :731-3. Epub 2006 29 noiembrie.

372 http://www.popsci.com/scitech/article/2008-02/compassion-cure?page=

373 Courtney E. Detillion, Social facilitation of wound healing, *Psychoneuroendocrinology* Volumul 29, Nr 8 , septembrie 2004, Pagini 1004-1011; JP. Gouin, Comportament marital, oxitocina, vasopresină, şi vindecarea rănilor, *Psychoneuroendocrinology*, august

2010; 35 (7) :1082-90. Epub. 2010 februarie 09.

[374] Robinson DA, Oxytocin mediates stress-induced analgesia in adult mice, *J Physiol.* 15 aprilie 2002; 540 (Pt 2) :593-606.

▪ Studiile au scos în evidență și un rol al oxitocinei în protecția împotriva infecțiilor și a inflamațiilor[375].

▪ Oxitocina reduce teama. Creșterea nivelului de oxitocina inhibă stresul reacției de apărare produsă de creșterea adrenalinei – hormonul de luptă sau fugă[376].

▪ Oxitocina mărește viteza de vindecare. Experiențele au ne arată că hamsterul se vindecă de două ori mai repede atunci când se află în compania unui alt hamster, decât atunci când este izolat[377].

▪ Oxitocina reduce comportamentul antisocial. Administrarea de oxitocină normalizează comportamentele sociale la animalele ce prezintă schizofrenie[378].

▪ Oxitocina poate explica de ce, de asemenea, între diferite specii de primate, părinții care-și îngrijesc mai bine copiii trăiesc în mod semnificativ mai mult[379].

▪ Conform unor cercetări realizate în 2004, oxitocina joacă un rol protector în cancerul de prostată[380].

▪ Rezultate recente sugerează că oxitocina poate proteja împotriva dezvoltării cancerului de sân sau ajută în încetinirea progresiei acestuia[381].

[375] SO.Işeri, et al. Oxitocina protejează împotriva daunelor induse de sepsis-multiple de organ: rolul de neutrofile, *J Res Surg.* 01 iunie 2005; 126 (1) :73-81.

[376] D. Huber, Vasopressin and oxytocin excite distinct neuronal populations in the central amygdala, *Science.* 2005 Apr;308(5719):245-8

[377] Glasper, ER & DeVries, AC 2005. structura socială influențează efectele de locuințe perechi pe vindecarea rănilor. *Brain Behavior și Imunitate,* 19:61-68.

[378] P.R. Lee, et al., Social interaction deficits caused by chronic phencyclidine administration are reversed by oxytocin, *Neuropsychopharmacology.* 2005 Oct;30(10):1883-94.

[379] Caltech Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows.(1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site

[380] Cassoni P, et al., Evidence of oxytocin/oxytocin receptor interplay in human prostate gland and carcinomas, *Int J Oncol.* 2004 ct;25(4):899-904.

[381] Mattie Topuri, Individual differences in emotional expressivity predict oxytocin responses to cortisol administration: Relevance to breast cancer?, *Biological Psychology*, Volume 75, Issue 2, May 2007, Pages 119-123.

- În cazul existenței unor tumori, oxitocina inhibă proliferarea celulelor neoplazice, fie ale cancerului mamar sau uterin, fie ale altor tipuri de cancer[382].
- Rolul oxitocinei în prevenirea cancerului de sân este deja recunoscut științific, fiind și brevetată tehnica în sine. Problema este aceea că utilizarea preparatului este mult mai puțin eficientă decât o poate face oxitocina produsă în chip natural, prin susținerea emoțională și afectivitatea resimțită sau împărtășită de femeie[383].

Nu numai la om oxitocina mediază și consolidează atașamentul. Se pare că la cele mai multe dintre mamifere se petrece o creșterea a nivelurilor oxitocinei după împerechere. Aceasta ar avea ca sens întărirea atașamentului între cei doi parteneri pe perioada gestației și a nașterii puilor. La multe dintre specii, în această perioadă, masculul își susține femela. Legătura între nivelul oxitocinei și atașament a fost demonstrată pe șoareci, prin injectarea de oxitocină în creierul acestora. Efectul a fost acela de consolidare a atașamentului față de perechea sa și de scădere totală a interesului pentru alte femele.

La oameni însă lucrurile nu sunt atât de simple. Independența noastră față de condiționările instinctului este suficient de mare, încât producția de oxitocină să nu fie legată atât de actul sexual, cât de afecțiune și dragoste, de manifestări de ordin sufletesc. Există, mai ales astăzi, o mulțime de bărbați care-și părăsesc femeile chiar la nașterea pruncilor, nu mai vorbim de faptul că atâtea femei își leapădă pruncul din pântece fără a lua în conside-

[382] P. Cassoni et al., Oxytocin and Oxytocin Receptors in Cancer Cells and Proli-

feration, *Journal of Neuroendocrinology*, Volume 16, Issue 4, pages 362–364, April 2004.

[383]http://investor.nastech.com/phoenix.zhtml?c=83674&p=irol-newsArticle&ID=714964&highlight=

rare trauma de ordin psihic, neurologic şi organic pe care aceasta o produce. Mai cu seamă în cadrul consumului de pornografie, al aventurierismului erotic şi al perversiunilor sexuale, oxitocina este insuficientă pentru a asigura un confort psihic, o stare pozitivă şi sentimentul împlinirii. Mai curând frustrarea este aceea care defineşte viaţa sexuală a celui care a apucat pe căile pornografiei şi a libertinajului sexual.

În condiţiile unei vieţi sexuale desprinse de dimensiunea relaţiei afective, care ar fi trebuit să o determine, efectul Coolidge îl va împinge pe individ să-şi caute un partener mai atrăgător. Dacă dragostea dintre soţ şi soţie este puternică şi este alimentată permanent prin diverse gesturi şi manifestări, mai ales prin naşterea de copii, nivelul de oxitocină va fi ridicat şi, din punct de vedere organic şi psihologic, cei doi nu vor simţi nevoia unui alt partener. Actul sexual nu va avea puterea să zdruncine această relaţie, decât dacă se abuzează de el, sau dacă se deviază în vreo perversiune. Subminând sentimentul prin cultivarea plăcerii egoiste, aceasta va arunca în aer familia.

Aşadar, în perspectiva mai noilor descoperiri din domeniul neurobiologiei actului sexual, teoria orgasmelor cât mai intense şi mai multe este extrem de nocivă pentru cei care vor să-şi întemeieze o familie. Mult sex înseamnă, inevitabil, un şi mai mare dezechilibru psiho-somatic, prin cronicizarea stării de mahmureală. În acest context, pe soţi nu-i va mai lega decât dependenţa de sex, şi aceasta până când vor găsi un alt partener – Efectul Coolidge. Adică omul se va comporta, pur şi simplu,

precum mamiferele poligame, dezinteresate de viitorul puilor lor.

Dar nu numai viaţa de familie este pusă în pericol prin exacerbarea vieţii sexuale, eventual şi prin perversiuni şi masturbare. Viaţa sexuală dezorganizată, transformată într-un mijloc de divertisment, conduce la valori mari ale prolactinei şi ale prostagrandinei E2, importanţi factori de risc în apariţia a multe boli, mai ales a cancerului de prostată, de sân, de col uterin sau a altor formaţiuni tumorale.

În acelaşi timp însă, oxitocina pe care o induce în organism afecţiunea şi dragostea împărtăşite de cei doi soţi este un factor esenţial de sănătate, după cum am putut constata anterior. Oare rata uriaşă a bolilor cardiace şi a celor metabolice, a cancerelor şi a bolilor de nervi nu ar putea să-şi găsească explicaţia în revoluţia sexuală care a promovat sexul patologic în detrimentul relaţiei afective şi a susţinerii emoţionale a soţilor în familie?

Oxitocina nu este numai hormonul ataşamentului dintre bărbat şi femeie în cadrul relaţiilor conjugale. Niveluri mari de oxitocină se înregistrează în toate actele altruiste, de dăruire de sine şi de dragoste. Aceasta explică de ce multe mame tinere pot să-şi crească copiii singure, fără a fi înnebunite, după cum insinuează unii, de lipsa vieţii sexuale. Oxitocina care apare în sângele mamei atunci când îşi ţine copilul în braţe sau când se gândeşte cu îngrijorare şi dragoste la el e suficientă pentru a asigura echilibrul sufletesc şi o stare de spirit pozitivă. Asta, bineînţeles, dacă respectiva femeie nu este afectată puternic de o imagerie pornografică sau nu a reuşit să depăşească dependenţa de sex, de care suferise mai înainte de a avea copilul. Tot aşa, oxitocina poate explica

de ce monahii şi alţi oameni credincioşi, a căror dăruire de sine şi dragoste faţă de Dumnezeu este mult sporită,

sunt foarte liniştiţi, sănătoşi şi bucuroşi, deşi nu au nimic de-a face cu relaţiile sexuale.

Privind lucrurile din această perspectivă, actele sexuale nu sunt determinante sub nici o formă pentru sănătatea şi fericirea omului. Desigur, în cadrul vieţii conjugale, acestea împlinesc dragostea prin rodirea ei întru naşterea de prunci, însă în nici un caz nu pot fi socotite, cel puţin pe temei psihologic şi neurologic, indispensabile pentru liniştea şi fericirea individului. Acest lucru nu va putea fi înţeles de aceia care şi-au lăsat mintea pradă fantasmelor erotice, excitându-şi simţurile. Fără să-şi dea seama, aceştia au contribuit ei înşişi la propria condiţionare, la condiţionarea pavloviană a unor reacţii psihologice şi organice extrem de nocive. Astfel că au ajuns să se excite sexual în contexte neutre sau să se autostimuleze imaginativ, resimţind patologic nevoia descărcării orgasmice. Astfel s-au prins singuri în lanţurile cercului vicios al dependenţei sexuale, în care orgasmele, deşi par să satisfacă nevoia şi să liniştească, nu fac altceva decât să alimenteze prin mecanismele descrise anterior neliniştea şi anxietatea, starea de indispoziţie şi de nervozitate. Aceasta, în prima fază, căci, în timp, îşi face loc uzura psihică şi neurologică, epuizarea şi depresia. După mai multe schimbări ale partenerului şi partide de sex din cele mai inedite, individul se simte tot mai golit, mai uscat sufleteşte, abia atunci realizând că a fost prins într-un cerc vicios din care nu mai vede scăpare. De aici încolo se instalează depresia severă, corelată adesea cu consumul drogurilor şi al medicamentelor şi cu gândul tot mai intens la sinucidere. Şi, din păcate, cincisprezece la sută

dintre cei ce suferă de această cumplită boală ajung la sinucidere.

Pornografia şi sexul liberal, factori de depresie

Statisticile spun că peste câţiva ani depresia va fi a doua boală ca răspândire pe glob. In America şi în multe state din Europa s-a ajuns deja ca depresia să afecteze 15% din populaţie. România se află şi ea într-un eşalon fruntaş, deşi în urmă cu douăzeci de ani ne aflam mult în urma tuturor ţărilor „dezvoltate". Însuşi faptul că depresia afectează mai degrabă societăţile avansate economic şi chiar persoanele cu o anumită poziţie socială ne poate face să înţelegem că nu sărăcia este cauza acesteia.

În România însă, dacă luăm în considerare rata uriaşă a sinuciderilor în rândul tinerilor cu vârste cuprinse între 9 şi 18 ani – 30-40% din total, după declaraţiile doctorilor de la Spitalul de Psihiatrie „Alexandru Obregia" din Bucureşti –, putem bănui că rata persoanelor depresive e cu mult mai mare.

De ce au ajuns tinerii români la o asemenea rată a sinuciderilor, care anunţă parcă un fel de genocid psihologic al poporului român? Motivele sunt mai multe:

- lipsa afectivităţii părinţilor;
- confuzia şi haosul social;
- băutura, drogurile de tot felul, inclusiv etnobotanicele etc.

Există, desigur, o mulţime de motive care pot fi invocate şi care trebuie neapărat luate în seamă ca importanţi factori de risc, dar între toţi aceştia eşuarea într-o sexualitate promiscuă de la vârste fragede joacă un rol esenţial. Iată doar câteva dintre motive:

- efectul de mahmureală, datorat dezechilibrului in-

dus de orgasm asupra nivelurilor dopaminei şi noradrenalinei, nefiind contracarat de acţiunea oxito-

cinei, prin lipsa relaţiei afective, conduce repede la nemulţumire şi schimbarea partenerului;

- epuizarea sexuală cauzată de transformarea relaţiilor sexuale într-un exerciţiu cotidian;
- dependenţa de un sex impersonal, lipsit aproape complet de sentimente, în care excitaţia este obiectivul central;
- frustrarea determinată de lipsa de dragoste şi de atenţie din partea partenerului care te foloseşte ca pe un obiect sexual;
- egoismul acestui sex impersonal, în care fiecare urmăreşte asiduu propria plăcere, lipseşte pe om de beneficiile oxitocinei, cea care ajută cel mai mult la stabilirea echilibrului organic şi mental a individului, protejându-l în faţa stresului şi conferindu-i o stare psihică pozitivă de încredere în sine şi de receptivitate a celorlalţi. Prin toate acestea, actul sexual devine un mecanism vicios, care epuizează şi nelinişteşte individul, iar acesta găseşte tot mai puţine resurse psihologice şi fiziologice. Omul este împins astfel până la un grad ridicat de deznădejde, care culminează în multe cazuri cu sinuciderea[384]. Există deja o mulţime de studii care demonstrează relaţia cauzală dintre debutul vieţii sexuale la o vârstă timpurie şi rata depresiilor şi a sinuciderii[385].

Oricum, factorul principal de risc în epoca noastră pentru o parcurgere rapidă a tuturor stadiilor degenerescenţei este pornografia. Nu trebuie să uităm nici perversiunile sexuale, care, ca nişte elemente reprezentative ale libertinaju-

[384] See Hallfors DD, Waller MW, Ford CA et al., Adolescent depression and suicide

risk: association with sex and drug behaviors, *Am J Prev Med* . 27 :224–230.

[385] Rector, R, Johnson, K; Noyes, L. Sexually Active Teenagers Are More Likely to Be Depressed and to Attempt Suicide, *Heritage Foundation*, 2003.

lui sexual şi alte culturii pornografice, joacă un rol esenţial în apariţia depresiei şi, în general, în slăbirea sănătăţii şi în declanşarea bolilor.

Sexul oral, anal şi masturbarea: factori de boală organică şi tulburare mentală

Dacă dai o căutare pe internet sau deschizi o revistă la modă, interesându-te sau nu subiectul vieţii sexuale, este aproape imposibil să nu te confrunţi cu o mulţime de recomandări privind sexul oral şi masturbarea. Prezentate ca ultime descoperiri în domeniul sexualităţii umane, aceste acte sunt descrise cel mai adesea la modul superlativ, găsindu-li-se o mulţime de avantaje, că te şi întrebi dacă nu e mai bine să renunţi complet la relaţia sexuală normală. Şi unii chiar au tendinţa să o înlocuiască, după cum noi înşine am constatat în investigaţiile desfăşurate de-a lungul timpului. Şi totuşi, studiile recente demonstrează contrariul: oricare relaţie perversă, desfăşurată aşadar altfel decât actul sexual normal, conduce la grave tulburări mentale şi la probleme fiziologice majore.

De ce nu se spune adevărul? De ce nu sancţionează aproape nimeni în presă minciuna care distruge viaţa a milioane de oameni numai în România, ducându-i la depresie şi disperare? Cercetătorul Stuart Brody ne dă un răspuns la această întrebare: „Aceste afirmaţii [de reco-

mandare a perversiunilor] izvorăsc din confluența unor prejudecăți politice, a unor metode de cercetare neper-

formante şi a unei credulități ce nu pune în discuție cele auzite (opiniile științei de popularizare)"[386].

Vom reproduce în continuare doar câteva dintre studiile care demonstrează uriaşul potențial patologic al sexului oral, anal şi al masturbării. Rămâne doar ca tinerii să fie informați pentru a şti că trebuie să aleagă între sănătate şi boală, între împlinirea unei vieți de familie şi dezagregarea psihică.

Studiile recente scot în evidență faptul că există o mare diferență din punct de vedere fiziologic, psihologic şi neurologic între actul sexual normal şi celelalte forme de excitare şi obținere a orgasmului[387].

În primul rând, masturbarea şi sexul oral etc. nu produc suficientă prolactină, cât să fie necesară obținerii sentimentului de sațietate după orgasm.

„Cercetările indică faptul că creşterea prolactinei în urma orgasmului este implicată într-o buclă de feedback, care serveşte pentru a reduce excitarea prin inhibarea proceselor dopaminergice centrale şi, probabil, periferice. Amploarea creşterii post-orgasmic a prolactinei este astfel un indice neurohormonal de sațietate sexuală.[388]"

Folosindu-se datele de la trei studii realizate pe bărbați şi femei implicate în masturbare sau contact sexual normal s-a constatat că magnitudinea creşterii de prolactină în urma actului sexual normal este cu 400% mai mare decât în urma masturbării[389]. Aceasta dovedeşte că mastur-

[386] Stuart Brody, Penile – vaginal intercourse is better: evidence trumps ideology, *Sexual and Relationship Therapy*, Vol. 21, No. 4, Nov. 2006.

[387] Stuart Brody, Vaginal orgasm is associated with better psychological function, *Sexual and Relationship Therapy*, Volume 22, Issue 2 May, 2007, p. 173 – 191.

Stuart Brody şi Tillmann HC Krugerb The post-orgasmic prolactin increase following intercourse is greater than following masturbation and suggests greater satiety, *Biological Psychology*, Vol. 71, Issue 3, March 2006, p. 312-315.

[389] Idem.

barea, ca şi sexul oral, nu dau saţietate, adică lasă un permanent sentiment de frustrare ce reclamă repetarea actului. De fapt, lipsa de prolactină ne arată că excitaţia nu va fi suficient inhibată, fapt care va determina creşterea nivelului de anxietate, a nerăbdării reluării actului sexual. Nivelele crescute de dopamină şi noradrenalină vor afecta celula nervoasă după mecanismele discutate anterior şi vor conduce la comportament obsesivo-compulsiv şi la dependenţă. Lipsa saţietăţii face ca actele sexuale perverse să nu ofere satisfacţia necesară. Restul de excitaţie sexuală va genera anxietate, irascibilitate, stare de nervozitate şi, în timp, se va instala depresia.

Psihologic vorbind, toate perversiunile degradează sentimentul dragostei, până îl transformă într-o indiferenţă egoistă: „fiecare cu plăcerea lui". Celălalt este folosit precum un obiect sexual, lucru deprimant, la un moment dat, mai ales pentru femeie. Dar nu numai prolactina nu mai creşte suficient în cazul masturbării şi a actelor perverse. Din cauza secătuirii dragostei, oxitocina va rămâne la nivele mult prea mici ca să mai poată ajuta individul să depăşească efectul de mahmureală sau neajunsurile epuizării sexuale. În genere, aceste acte sunt un izvor permanent de nemulţumire şi stres psihologic. Asta determină şi apariţia tulburărilor mentale, mai ales la femeie.

Masturbarea şi celelalte perversiuni generează depresie

Într-un studiu realizat în anul 2004, pe un lot de 914 femei, s-a constatat că sindromul de depresie majoră pe

durata vieţii este corelat cu o creşterea a ratei de masturbare şi un nivel scăzut de plăcere fizică în cadru relaţiilor sexuale normale[390].

Acelaşi lucru a fost constatat şi într-un alt studiu realizat pe 47 de adolescente. În acest studiu însă, s-a observat o legătură inversă existentă între depresie şi masturbare. În mod evident, cele două comportamente sunt asociate[391].

Perversiunile şi debutul bolilor psihice

Într-un studiu desfăşurat în 2008 ce a ţinut sub observaţie 94 femei portugheze, s-a constatat că relaţiile sexuale anormale – sex oral, anal, masturbare – implică o rată mai mare de folosire a mecanismelor de apărare imatură (immature psychological defense mechanisms), adică o mai mare rată a fantazării autiste, a agresiunii pasive şi a somatizării (transformarea sentimentelor negative faţă de alţii în sentimente negative în raport cu propriul corp: dureri, boală, anxietate). Sporirea simptomatologiei mecanismelor de apărare imatură în cazul actelor perverse este sinonimă cu manifestările care apar în tulburările de panică, în depresie, în tulburările de anxietate socială şi în tulburările obsesivo-compulsive[392].

Într-un studiu realizat în anul 2002 pe 54 de femei şi 39 de bărbaţi, Stuart Brody descoperă o legătură de pro-

[390] Jill M. Cyranowski et al., Lifetime Depression History and Sexual Function in Women at Midlife, *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 33, Nr 6, 539-548, DOI: 10.1023/B.

[391] Frohlich P , C Meston , Sexual functioning and self-reported depressive symp-

toms among college women, *J Res Sex.* nov. 2002; 39 (4) :321-5.

[392] S. Brody RM Costa, Vaginal orgasm is associated with less use of immature psychological defense mechanisms, *Sex J Med.* mai 2008; 5 alineatul (5) :1167-76. Epub 2008 04 martie.

porționalitate între comportamentul sexual anormal și apariția alexithimiei. Această afecțiune este, în general, caracterizată de o deficiență în identificarea emoțiilor și în diferențierea între emoțiile și senzațiile fizice ale excitației emoționale. Alexithimia presupune și dificultatea de comunicare a emoțiilor către ceilalți, precum și o reducere a capacității imaginative. Persoanele suferinde de această afecțiune nu pot să recunoască emoțiile celorlalți și se implică mult mai slab în sarcini ce privesc comunicarea interemisferică[393]. Alexithimia înseamă întâmpinarea de dificultăți emoționale și psihice în construirea și menținerea relațiilor, deși mai ales femeile resimt dureros această dizabilitate[394]. În cadrul relațiilor intime, alexithimia este un indicativ al insatisfacției, al nemulțumirii privind persoana celuilalt, în fond o problemă în comunicarea interpersonală[395].

Problemele emoționale produse de actele sexuale anormale sunt de așteptat atâta timp cât, psihosomatic, acestea creează un stres foarte mare și îl închid pe individ în orizontul egoist al propriei pofte. Din păcate, oamenii care pornesc pe acest drum ajung mai devreme sau mai târziu să se trezească că au suferințe psihice, fără să înțeleagă însă care este cauza.

Există o literatură științifică care se îmbogățește continuu, privind valorizarea actelor sexuale în funcție de indicii de bine psihologic și fiziologic. Având în vedere aceste criterii, cercetătorii constată astăzi ceea ce din punctul de

[393] Stuart Brody, Alexithymia Is Inversely Associated With Women's Frequency of Vaginal Intercourse, *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 32, No. 1, February 2003, pp. 73-77 (C 2003).

Colin Hesse, Affection mediates the impact of alexithymia on relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 50, Issue 4, April 2011, Pages 451-456.

[395] T.P. Humphreys et al. Alexithymia and satisfaction in intimate relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 46, Issue 1, January 2009, Pages 43-47.

vedere al gândirii tradiționale însemna firescul. La capătul a cincizeci de ani de propagandă a revoluției sexuale, iată că știința simte nevoia reîntoarcerii la adevăr. Din studiul realizat de R. Costa și S. Brody, rezultă că satisfacția, intimitatea, încrederea și dragostea sunt asociate numai actului sexual normal[396].

Și la bărbați autoerotismul masturbator este asociat cu diverse afecțiuni. Din punct de vedere organic, masturbarea este asociată cu probleme de erecție, cu un nivel scăzut de testosteron. Psihologic vorbind, vinovăția resimțită de persoanele care se masturbau este corelată cu probleme psihice și cu probleme relaționale[397]. În același timp, problemele erectile induse de masturbare sunt strâns legate în ecuația scăderii dorinței sexuale față de o relație sexuală normală cu o femeie[398], a anxietății și depresiei, precum și a complicațiilor care conduc la creșterea mortalității cardiovasculare[399].

Actele sexuale perverse, odată pătrunse în viața intimă a cuplului, fie din motive de curiozitate, fie impuse de un partener deja „virusat", sau numai pentru că sunt la modă, substituie tot mai mult actul sexual normal. După cum am arătat anterior, ele schimbă paradigma relației intime, de la o relație interpersonală către una individualistă cuplată la cutia de viteze a unui motor imaginativ, fantasmatic. În consecință, confruntat cu frustrările de

[396] Costa RM , S Brody, Women's relationship quality is associated with specifically penile-vaginal intercourse orgasm and frequency, *J Sex marital*, Nu. 2007 Iul-Sep; 33 (4) :319-27.

[397] G. Corona, Autoeroticism, mental health, and organic disturbances in patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.*, 2010 Jan;7(1 Pt 1):182-91.

[illegible] G. Corona et al. Psychobiological correlates of women's sexual interest as perceived by patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Jun;7(6):2174-83.

[illegible] E. Bandini, Severe depressive symptoms and cardiovascular risk in subjects with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Oct;7(10):3477-86.

natură organică şi psihologică ale lipsei de dragoste sau ale neputinţei de a mai iubi, omul ajunge să cadă tot mai mult pradă gândurilor de deznădejde, de sinucidere. Mecanismul infernal al unei sexualităţi lipsite de dimensiunea relaţiei afective uzează şi distruge în timp psihicul şi nervii omului. Cale de întoarcere există, însă trebuie mult efort şi un anume meşteşug, după cum se va putea constata în continuare.

Terapia dependenței de pornografie

Mai devreme sau mai târziu, majoritatea consumatorilor de pornografie ajung să-şi dorească din toată inima să se poată elibera de aceasta, de iadul în care s-a transformat viața lor. Lucrul nu este însă chiar atât de simplu, căci, odată ajuns dependent, nu mai este suficient să vrei să te poți lăsa, trebuie să afli şi voința sau puterea să faci acest lucru. Cu alte cuvinte, ai nevoie de ajutor. De aceea s-a şi dezvoltat atât de mult în ultimii ani psihoterapia dependenței sexuale.

Dependența înseamnă, în primul rând, dereglarea unor sisteme corticale, cum ar fi cele ale producției de dopamină, noradrenalină şi serotonină. Nici o altă activitate nu te mai poate motiva suficient în afara comportamentului care a generat dependența, în cazul nostru vizionarea de pornografie sau orice fantasmă sau act care mai poate induce excitația sexuală. Căci, relațiile conjugale fireşti nu mai spun mare lucru dependentului de sex. Apoi, problemele pe care le ridică consumul de pornografie sunt de natură psihologică: scăderea respectului de sine, izolarea socială, pierderea capacității de comunicare şi, mai presus de toate, reveriile şi coşmarurile erotice care nu mai dau pace minții. Ce putem face?

În România, nu s-a dezvoltat încă psihoterapia dependenței de sex, astfel încât e mai greu de aflat o persoană potrivită să acorde un real ajutor. De altfel, după cum observa Patrick Carnes, riscul ca înşişi terapeuții să ajungă dependenți de sex e destul de mare, în condițiile în care se află

permanent în contact cu persoane obsedate de acest lucru[400].

[400] „Ca o ironie, dr. Carnes a constatat şi faptul că mulţi terapeuţi (psihologi, psihiatri şi asistenţi sociali) suferă de dependenţe sexuale şi comportamente sexuale in-

Dar românii au un avantaj în faptul că tradiţiile şi credinţa, mediul natural şi relaţiile comunitare nu au fost cu totul distruse. Încă mai există repere ale normalităţii, mai ales în direcţia relaţiilor dintre oameni, care sunt mult mai vii şi mai omenoase decât în Occident. Cu toate acestea, dat fiind agresivitatea acestui tip de dependenţă, e bine de ştiut care sunt câteva dintre concluziile la care a ajuns cercetarea occidentală în domeniu, atât în ceea ce priveşte tehnicile psihoterapeutice, cât şi factorii de risc. Vom începe cu cei din urmă pentru că sunt mai uşor de evitat, putând constitui un punct de plecare în cadrul terapiei.

Factorii alimentari

Epuizarea sexuală pe care o provoacă pe termen lung pornografia şi masturbarea înseamnă apariţia unei disfuncţii la nivelul axei hipotalamus-hipofiză-suprarenale-testicule/ovare şi afectează, de asemenea, ficatul şi pancreasul. În genere, imunitatea slăbeşte, individul confruntându-se cu o mulţime de suferinţe şi afecţiuni. Toate acestea produc o puternică stare de slăbiciune, o stare de epuizare nervoasă, care nu-i permite omului să se mai lupte cu dependenţa. Pur şi simplul nu mai are forţă şi nu mai întrevede speranţa unei altfel de vieţi. Sistemele de emisie a dopaminei, serotoninei şi noradrenalinei

adecvate, «puse în practică». După cum afirmă acest medic, «una din descoperirile care au rezultat din ancheta noastră a fost că femeile dependente, care solicită ajutor psihoterapeutic, sunt adesea abuzate sexual de către terapeuţii lor».

De asemenea, ratele de asigurări pentru malpraxis ale terapeuţilor au crescut ver-

tiginos în ultimii ani, în parte din cauza proceselor intentate unui număr semnificativ dintre colegii lor, care au abuzat sexual sau au exploatat pacienţi în timpul tratamentului. Acest lucru indică faptul că acest comportament sexual compulsiv constituie o problemă chiar şi pentru specialiştii din branşa terapeuţilor." V. Cline, op. cit.

sunt afectate suficient cât să apară depresia şi anxietatea. Acestea sunt cele care determină neurologic întoarcerea la pornografie sau drog.

Având în vedere acestea, se recomandă o alimentaţie cât mai bogată în vitamine, minerale şi enzime pentru a uşura funcţiile digestive şi hepatice şi pentru a contribui la refacerea organelor afectate. Este de dorit, aşadar, o dietă bogată în vegetale – fructe, legume – cât mai multe crudităţi, ceaiuri sau bitter de plante, precum şi orice supliment alimentar care susţine refacerea ficatului şi a sistemului nervos. Ca terapie pentru dezintoxicare, metoda Gerson dă rezultate deosebite.

Din suplimentele alimentare recomandate de dr. M Richards, reţinem:

- Complexul de vitamine B, în special vitaminele B1, B3, B6, B9 şi B12. Vitamina B3 reduce senzaţiile de anxietate şi depresie şi favorizează transformarea triptofanului în serotonină. Vitamina B12 s-a dovedit eficientă atât în depresii cât şi în alte afecţiuni neuropshihiatrice.
- Vitamina C (1-2 g pe zi) contribuie la sinteza neurotransmiţătorilor, întăreşte imunitatea şi favorizează absorbţia fierului şi a calciului.

Sunt esenţiale şi vitaminele: A, D, E; mineralele: Ca, Mg, Zn, K, Seleniu; suplimentele: Ginkgo Biloba, Ginseng, Omega 3, Coenzima Q10, ulei de peşte sau oricare alt protector hepatic.[401] De mare importanţă este consumul aminoacizilor triptofan şi tirozină din care se sintetizea-

za serotonina, dopamina şi noradrenalina. Aminoacizii se

[401] http://cure-erectile-dysfunction.org/persistent-sexual-arousal-syndrome-symptoms/280

găsesc în cantitate mare în germenii de cereale, dar pot fi luate şi separat ca extracte naturale.

Nu este recomandată carnea, mai cu seamă cea cumpărată din comerţ, fiind încărcată de hormoni. Aceşti hormoni pot interveni negativ în metabolismul hormonal al organismului, întreţinând starea de boală sau agravând-o. Trebuie evitaţi, de asemenea, conservanţii şi aditivii alimentari, care, la rândul lor, intoxică organismul. Glutamatul, de pildă, care şi aşa este produs în exces în organism din cauza stării prelungite de excitare sexuală la care acesta este supus, în condiţiile în care se va afla în exces şi în alimente consumate, va accentua procesul de neurotoxicitate, adică de distrugere a celulei nervoase. Din păcate, acesta este prezent în aproape orice produs din carne, în cipsuri, sosuri, în tot ce presupune folosirea unui potenţator de gust.

Desigur, drogurile, băutura, fumatul trebuie eliminate cu totul. Chiar medicamentele trebuie luate cu mult discernământ, pentru a nu intoxica în plus organismul. În genere, orice excitant precum nessul, ciocolata, cafeaua şi chiar zahărul sunt extrem de nocive. În schimb, sunt recomandate mierea, polenul lăptişorul de matcă şi celelalte produse apicole.

Evitarea circumstanţelor favorizante consumului

Ca şi în cazul consumului de droguri sau a altor dependenţe, este necesar să fie evitate conjuncturile care fa-

vorizează consumul, cel puțin prin presiunea amintirii sau a obişnuinței. Din păcate, pornografia îşi întinde plasa asupra multora dintre aspectele sau situațiile vieții omului

modern. Dintre toate, computerul şi internetul ocupă primele locuri. De exemplu, terapeuții recomandă ca pe perioada dezintoxicării să fie evitat cât mai mult calculatorul şi internetul. Sunt dependenți care au aşa de bine fixată asociația internet-pornografie, încât, atunci când se apropie de tastatură, încep imediat să se excite sexual[402]. Dacă, totuşi, nu poate fi evitată munca pe computer şi internet, este necesar să existe instalat programul care filtrează mesajele pornografice şi se recomandă ca să se aşeze computerul undeva la vedere, astfel încât prezența privirii celorlalți să susțină hotărârea de a nu accesa mesaje porno. Mai există şi alte circumstanțe favorizante consumului de pornografie specifice fiecărei persoane. Toate acestea trebuie ocolite cât mai mult, mai cu seamă pe parcursul terapiei, fără însă a fi pierdute din vedere ulterior.

Lupta cu depresia

Pornografia, ca oricare altă dependență, induce aşa-zisul sevraj. În lipsa vizionării materialelor pornografice sau a actelor care produc excitație sexuală, îşi fac apariția stările anxioase şi depresive, irascibilitatea, durerile etc. Sevrajul se instalează din cauza scăderii nivelului de dopamină noradrenalină şi serotonină, dar şi a afectării altor mecanisme neuronale. Problema este aceea că toate aceste stări negative, mai cu seamă depresia, sunt cele mai bune aliate şi argumente ale consumului. Sub pre-

siunea lor, greu se poate rezista. În cazurile avansate ale

[402] J. Brody, Cybersex Gives Birth to a Psychological Disorder, New York Times, 16 May 2000.

dependenței, depresiile pot merge până la stări suicidale. Este esențială înțelegerea fenomenului.

La început, pornografia provoacă excitație sexuală și o anumită stare de euforie, dar, odată cu trecerea timpului, din cauza fenomenului de neuroadaptabilitate, se ajunge ca, în lipsa excitației sexuale, să se instaleze depresia, anxietatea și celelalte stări ce constituie sevrajul. Neurologic vorbind, apare o dereglare a comunicării interneuronale, la nivelul serotoninei, dopaminei și noradrenalinei.

La început, depresia este mai slabă, însă se intensifică, devenind din ce în ce mai apăsătoare și mai neliniștitoare. Creierul însă, în urma sesiunilor prelungite și frecvente de excitație sexuală, este învățat că pornografia este singura capabilă să anihileze starea depresivă. Este vorba de un fel de condiționare în contextul căreia se dezvoltă exacerbat traseele neuronale ale excitației sexuale și ale descărcării orgasmice ca răspuns la stresul produs de sevraj.

Așadar, când crește nivelul depresiei, dependentul de pornografie caută aproape inconștient imaginile sau comportamentele erotice care să-i reducă stresul prin intermediul excitației sexuale. Odată începută vizionarea, crește excitația sexuală, dar și anxietatea, până când are loc descărcarea orgasmică. Atunci se instalează o anumită stare de relaxare și liniștire. Problema este că, odată cu avansarea dependenței, intervalele de relaxare postorgasmică sunt tot mai scurte. Astfel că, din nou se instalează sevrajul și dorința revenirii la consumul de pornografie. Acțiunea este ciclică, un ciclu vicios în care nivelul euforiei scade cu timpul, crescând însă nivelul stărilor depre-

sive. Aceasta îl împinge pe consumator către consumul unor cantităţi tot mai mari de drog, în cazul nostru către pornografie tot mai inedită şi mai violentă. Numai prin

creşterea dozei poate fi anihilat parţial regresul stărilor euforice sau, mai corect, poate fi îndepărtate stările depresive care planează ameninţător. În stadiile foarte avansate ale epuizării sexuale, dispare complet orgasmul, iar individul se află hăituit de o suferinţă de care nu mai poate scăpa. Desigur, idealul e să înceteze consumul de pornografie, însă condiţionarea corticală nu îngăduie aceasta, şi nici obsesiile psihice asociate.

În acest context, în procesul terapeutic trebuie să se ţină seama de această problemă şi trebuie făcut în aşa fel încât depresiile să nu crească peste pragul în care condiţionarea îl aruncă pe dependent în braţele pornografiei. Căile sunt multiple:

- trebuie evitat cât mai mult stresul, mai ales pe perioada terapiei, căci stresul constituie unul dintre principalii factori de risc în consumul de pornografie. Într-un studiu realizat în Statele Unite, 57% dintre consumatorii fideli au făcut uz de sexul online pentru a scăpa de stres"[403];
- medicamentos, cu precizarea că nu trebuie luate antidepresive puternice, căci sunt extrem de toxice, şi dau la rândul lor dependenţă, împiedicând chiar refacerea sistemului dopaminergic. Unele dintre ele sunt foarte periculoase, distrugând mai mult decât reparând. Mai curând ar trebui îndreptată privirea către ceaiurile, uleiurile sau esenţele de plante care liniştesc tensiunea nervoasă, şi contribuie la un somn odihnitor (vezi valeriana, teiul, talpa gâştii etc.).

[403] A. Cooper, N. Galbreath, and M.A. Becker, „Sex on the Internet: Furthering Our Understanding of Men with Online Sexual Problems," *Psychology of Addictive Behavior* 18 (2004): 223-30 (225).

Aceeaşi acțiune ca a antidepresivelor, dar fără a da dependență sau alte efecte adverse, se constată şi în cazul administrării unor aminoacizi din care organismul sintetizează neurotransmițătorii implicați în depresie şi anxietate: serotonina, dopamina şi nordrenalina. Extrasul de Griffonia simplicifolia – 5HTP este un metabolit al triptophanului şi un precursor direct al serotoninei. 100-200 mg pe zi pot reduce major simptomele slăbiciunii nervoase şi ale depresiei, îmbunătățind starea de spirit şi dând un somn odihnitor. Serotonina este foarte importantă pentru acțiunea sa antibulimică, antifobică, antiobsesională, anticompulsivă, cât şi pentru controlul agresivității, al apetitului, emoțiilor, pentru inducerea calmului, somnului, deşteptării din somn, şi nu în ultimul rând, este esențială în procesul cognitiv.

Aminoacizii fenilalanina şi tirozina sunt precursorii dopaminei şi ai noradrenalinei. Suplimentarea lor ajută la sinteza celor doi neurotransmițători, adică la restabilirea funcțiilor pe care aceştia le reglează: motivația, memorizarea, atenția, concentrarea şi învățarea.

- alimentația propusă la primul punct ajută la refacerea sistemului nervos şi a ficatului, a nivelelor de dopamină, GABA, endorfine etc., şi astfel diminuează simptomele sevrajului;
- tratamentul cu venin de albine, fie administrat direct prin înțepături, fie prin injecții este evidențiat tot mai mult ca unul dintre cele mai eficiente în reabilitarea sistemelor dopaminergic şi epinefri-

nic. Apitoxinul poate fi una dintre soluțiile viito-
rului în tratarea dependenței și a Parkinsonului.
Din păcate, nu poate fi o afacere pentru transna-

ționalele farmaceutice, lucru pentru care e puțin probabilă răspândirea lui.

- activitățile practice, efortul fizic, ieșitul în natură, grădinăritul etc. ajută mult pentru că eliberează mintea de povara gândurilor obsesive prin stoparea deprivării senzoriale impuse de viața la bloc, de beton și plastic; trebuie să reținem că în mod deosebit exercițiile fizice zilnice intense pot ajuta mult omul să se elibereze de depresia ce urmează dependenței de pornografie[404].

Exercițiile fizice

Efortul fizic, sportul joacă un rol esențial. Poate fi principala piesă a terapiei dependenței de pornografie, fiindcă efortul susținut produce o cantitate mare de endorfine, care, pe de o parte relaxează sistemul nervos contracarând efectul hormonilor excitatorii, iar pe de altă parte dau o stare de liniște și euforie, care poate contrabalansa neurologic atracția către euforia excitației sexuale.

De asemenea, după studii realizate în ultimii ani, efortul fizic e capabil să ridice nivelele de serotonină, dopamină și noradrenalină la fel de mult ca antidepresivele[405]. Este vorba de cel mai bun antidepresiv care ajută în toate funcțiile corticale, în tot ce înseamnă sănătatea a omului modern. Sute de studii vorbesc despre beneficiile exercițiilor fizice pentru sănătatea mentală, dar în societatea românească acestea rămân aproape necunoscute. Nu

404 http://www.fitness.gov/mentalhealth.htm

405 T. L. Greer, H. M. Trivedi, *Exercise in the Treatment of Depression*, Current Psychiatry Reports 2009, 11:466-472.

este numai dezinteresul companiilor farmaceutice care luptă împotriva oricărui remediu natural al bolii psihice, fiindcă aceasta le aduce anual în jur de 80 miliarde de euro, ci trăim şi consecinţele unui mod de viaţă extrem de sedentar.

În faza iniţială a dependenţei, o jumătate de oră de două ori pe zi de efort fizic este suficient. Unele studii vorbesc de minimum 150 minute pe săptămână[406]. Cele mai eficiente exerciţii sunt cele aerobice, dar şi cele anaerobe joacă un rol important. Timpul alocat şi gradul de efort sunt cei doi factori de care depinde refacerea sistemului nervos şi a organismului în ansamblul lui. Însă legea este: cu cât mai mult efort fizic, cu atât mai repede se va putea depăşi, neurologic vorbind, tensiunea anxioasă a sevrajului produs de lipsa pornografiei. Din prima zi pot fi simţite îmbunătăţiri ale stării psihice, iar după 6-9 săptămâni se va putea constata un regres al afecţiunii.

Sprijinul familiei

Un rol esenţial îl joacă soţia sau soţul, în cazul în care femeia e cea care consumă pornografie. Terapeuţii insistă ca soţul dependent să-şi mărturisească slăbiciunea, să nu o ascundă faţă de soţia sa, care va trebui să-l sprijine afectiv. Aceasta, bunăoară, când, într-adevăr, există dorinţa sinceră de a scăpa de dependenţă. Oricum, familiile închegate rămân cea mai puternică pavăză împotriva efectelor negative ale pornografiei[407]. În nici un caz nu tre-

406 Idem.

407 *Nicholas* Zill, „Quality of Parent-Child Relationship, Religious Attendance, and Family Structure," *Mapping America* 48 (2009). See also Mapping America charts of U.S.

buie făcut compromisul de a accepta deviația de la o viață conjugală firească, pentru că altfel femeia nu ar face decât să întrețină fantasmele sexuale ale soțului şi epuizarea sexuală corespunzătoarea oricărei perversiuni. Trebuie evitate certurile, reproşurile, îndeobşte stresul care decurge din acestea.

Lupta cu fantasmele

Una dintre problemele cele mai mari pe care le ridică pornografia este războiul cu fantasmele erotice. Imaginile şi filmele pornografice văzute sau perversiunile practicate de-a lungul timpului devin intruzive, constrângătoare şi obsesive. De fapt, războiul psihologic pe care-l duce pornografia împotriva psihicului uman se rezumă la aceste reverii şi coşmaruri pornografice care scapă de sub control, incitând, hormonal, la descărcarea sexuală.

Psihoterapeuții recomandă folosirea unei tehnici numită paza minții („safeguarding")

„«Paznicul» reprezintă acele gânduri negative folosite pentru a întrerupe fanteziile sexuale. Ori de câte ori pacienții au fantezii sexuale[408], aceştia sunt învățați să-şi păzească gândurile; de exemplu, aceştia îşi pot reproduce mental imaginea unui gândac ce se târăşte pe corpul lor, sau un sistem de televiziune public ce le transmite gândurile, sau imaginea unui ofițer de poliție care le urmăreşte comportamentul sexual. Prin această metodă, par-

patterns of viewing x-rated movies (Maps # 37 to 39) and adultery (Maps # 73 to 75),

http://www.mappingamericaproject.org/publications

408 Scott Aylwin, John R. Reddon, and Andrew R. Burke, „Sexual Fantasies of Adolescent Male Sex Offenders in Residential Treatment: A Descriptive Study," *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 231-39 (233-35).

ticipanții învață cum să-și întrerupă fanteziile și, se crede, că aceasta înlocuiește gradual vechea conexiune neurologică cu una diferită și mai sigură."[409]

Psihoterapia ortodoxă

Factorul religios este esențial pentru eliberarea de pornografie. Cercetările demonstrează că viața religioasă ajută la eliberarea de pornografie mai mult chiar decât un mariaj fericit. „Kern (2004) a descoperit că fiecare unitate de creșterea a prezenței la biserică era asociată cu o descreștere de 26 de procente din cota de consum de pornografie pe internet"[410].

În acest context, psihoterapia dependenței de pornografie trebuie să aibă în vedere refacerea relației omului cu Biserica. Aceasta mai cu seamă în contextul ultimelor cercetări din domeniul psihotereapiei, care arată că cea mai potrivită metodă de tratament psihoterapeutic pentru un popor este aceea care are în vedere tradițiile și religia acestuia. În acest context, studiul publicat de Asociația Americană pentru Psihologie recomandă pentru popoarele aflate într-un spațiu al Ortodoxiei, folosirea cu prioritate a psihoterapiei ortodoxe. Aceasta ar trebui să aibă, așadar, cele mai bune rezultate pentru români[411]. De altfel, psihoterapia ortodoxă are câteva avantaje față de celelalte psihoterapii, după cum vom vedea în continuare. Avanta-

409 Patrick F. Fagan, *op. cit.*

410 Stack, S., Wasserman, I., & Kern, R. (2004). Adult Social Bonds and Use of Inter-

net PornographySocial Science Quarterly), 85(1), 75–88, apud. Manning, *op. cit.*

411 P. Scott Richards and Allen E. Bergin, *Handbook of Psychotherapy and Religious Diversity*, American Psychological Association, Washington, DC, first Edit. 1995, fourth Edit. 2006

jele sunt date de experienţa bimilenară în tratarea sufletului omenesc, dar şi de avantajul de neegalat pe care îl are de a beneficia de ajutorul lui Dumnezeu.

Spovedania rupe cercul vicios al vinei, depresiei şi deznădejdii

În primul rând, una dintre cele mai mari greutăţi pe care le întâmpină cel cufundat în mocirla pornografiei este starea de vinovăţie care-l deprimă, îi scade respectul de sine şi-l deznădăjduieşte. Sentimentul de vinovăţie, deşi nu este întotdeauna conştientizat cu luciditate, îl face pe dependent să piardă încrederea în sine şi-l convinge că nu mai există drum de întoarcere, că de acum trebuie să meargă înainte orice ar fi. Psihologii încearcă să-l elibereze pe pacient de acest sentiment de vinovăţie, să-i redea încrederea în sine şi curajul de a se lupta cu boala, însă tehnicile psihoterapeutice nu sunt atât de eficiente. În acest punct, psihoterapia ortodoxă dă rezultate extraordinare. Aceasta pentru că vina nu este numai produsul unui complex psihologic oarecare. Ea se raportează la ierarhia de valori a individului şi are în vedere relaţiile de dragoste şi prietenie, încredere reciprocă şi sinceritate, toate cu caracter ontologic. Omul religios resimte mult mai dureros această vină, însă, totodată, el are posibilitatea să se elibereze de ea prin iertarea lui Dumnezeu. Într-adevăr, spovedania face mai mult decât o mulţime

de tehnici psihoterapeutice. Căci, atâta timp cât păcatul este iertat, omul se eliberează de povara sa şi poate nădăjdui într-o schimbare. El ştie că nimeni şi nimic nu mai

are voie să-l judece atâta timp cât, instanţa supremă, Bunul Dumnezeu, l-a iertat. De această iertare, de micşorare sentimentului de vină şi de restaurarea încrederii în sine are neapărată nevoie bolnavul pentru a începe lupta cu el însuşi în cadrul procesului de vindecare.

Credinţa puternică premiză şi garanţie a însănătoşirii

O altă problemă pe care o întâmpină cel care vrea să renunţe la pornografie o constituie emoţiile puternice – euforie, anxietate, repulsie şi frică – pe care i le-au imprimat în corpul amigdalian imaginile pornografice. Acestea oferă suportul stărilor obsesive. A le şterge complet e un lucru imposibil, însă ele pot fi estompate sub presiunea unor alte experienţe emoţionale la fel de puternice, dar care să aibă un caracter pozitiv. Unele ca acestea sunt prilejuite de trăirile religioase. Cu cât credinţa e mai puternică, cu cât dragostea faţă de Dumnezeu şi faţă de cei din jur e mai profundă, cu atât e mai uşoară vindecarea prin experierea stărilor de har pe care le prilejuiesc slujbele Bisericii.

Războiul cu fantasmele erotice

Războiul cu fantasmele pornografice şi *păzirea minţii*

ca metodă de igienă mentală sunt cunoscute din cele mai vechi timpuri în cadrul învățăturii psihoterapeutice a Bisericii. Dar, în loc de a propune asocierea imaginilor por-

nografice care asaltează mintea cu oarece grozăvii, psihoterapia ortodoxă îndeamnă la reflexia pe marginea gândului la moarte. Conştiința că suntem muritori, iar pornografia nu face decât să ne ruineze trupul şi să ne apropie moartea este mai mult decât un păzitor al minții, mai cu seamă atunci când omul realizează că practicile pornografice îi distrug sufletul şi-l conduc la osândă veşnică. De asemenea, în ascetica ortodoxă, paza minții include apelarea la ajutorul lui Dumnezeu de câte ori se iveşte atacul fantasmelor pornografice care irump din zona subconştientului. Chemarea numelui Domnului („Doamne, Iisuse Hristoase, miluieşte-mă!"), s-a constatat în psihoterapia ortodoxă, are cea mai mare putere în păzirea minții. Terapia trebuie să se desfăşoare însă sub supravegherea unui iscusit duhovnic care nu numai că poate ierta păcatul prin taina mărturisirii, dar poate şi călăuzi sau susține îndeaproape bolnavul pe calea vindecării.

Pornografia are un potențial extraordinar în a devia atenția, energiile şi sensul omului în lume. Mişcarea pe care o impune este aceea de închidere patologică a individului în el însuşi, o înşurubare în propriul ego obsedat egoist de obținerea plăcerii şi hăituit de suferința tot mai mare pe care o experimentează cu timpul. Prin aceasta, mesajul pornografic desocializează şi însingurează, încât vindecarea nu poate veni decât prin parcurgerea drumului invers de la eu către ceilalți, adică prin comunicare şi dăruire până la lepădare de sine şi jertfă. Cine cunoaşte dragostea creştină, cine suferă pentru ceilalți şi este milostiv, mult mai greu va fi prins în capcanele pornografiei

şi mult mai uşor se va vindeca.

După cum ciuma se răspândea cu rapiditate în marile cetăţi, unde canalizările se realizau la suprafaţă şi conta-

minau adesea apa potabilă, tot aşa pornografia se răspândeşte cu prioritate acolo unde oamenii sunt bombardaţi permanent cu mesajul erotic – reclame stradale, ziare, reviste, televizor – unde slăbeşte comunicarea interpersonală, creşte stresul, nemulţumirea, izolarea etc. Aşadar, consumul de pornografie este şi el un simptom al vieţii bolnave pe care o trăieşte omul modern.

Familiile care reuşesc să se elibereze de hipnoza televiziunii şi a internetului, de privarea senzorială presupusă de viaţa la bloc şi cultivă întâlnirile cu prietenii au mai multe şanse să nu fie afectaţi de invazia pornografiei ce marchează lumea în care am ajuns să trăim. Toate cercetările privind terapia dependenţei demonstrează, de altfel, că viaţa cât mai mult simplificată, asemănătoare celei trăite odinioară, ajută cel mai mult la eliberarea din robia dependenţei şi recuperarea de pe urma acesteia.

Acest capitol se adresează în special acelora care, dintr-un motiv sau altul au ajuns dependenţi de pornografie, dar trebuie înţeles faptul că materialul de faţă nu şi-a propus să epuizeze subiectul.

Dependenţa sexuală este una dintre cele mai grave boli cu care se confruntă omul contemporan. Afecţiunea aceasta, mai mult decât oricare alta, marchează omul atât la nivelul psihic neurologic cât şi la cel fiziologic, încât trebuie tratată cu toată atenţia înţelegând că aceasta ne pune în primejdie viaţa.

În mod evident însă, cel mai bine este să ne păzim cât putem mai mult ca să nu ne contaminăm cu acest virus,

evitând astfel consecințele dezastruoase ale consumului de pornografie. Dacă toți am înțelege aceasta, lumea în care trăim ar putea deveni cu mult mai bună.

Dragostea este cu totul altceva decât sexul

Tot omul are ascunse în adâncul sufletului său dorința de a iubi și nevoia de a fi iubit. Numai dragostea ne poate face cu adevărat fericiți. Dar dragostea e cu totul altceva decât sexul. Poți iubi pe cineva până la a-ți da viața pentru el, fără ca relația sexuală să intre în ecuația acestei iubiri. Dragostea față de părinți sau față de copii, prietenia dusă până la jertfirea de sine, dragostea fidelă față de cineva care se află departe sunt doar câteva dintre multele fire ale iubirii care te pot lega de orice om din lumea aceasta. Tot așa pot exista relații sexuale fără ca acestea să aibă nimic comun cu sentimentul de dragoste, ci dimpotrivă.

Relațiile sexuale lipsite de dimensiunea afectivă nu au făcut fericit pe nimeni. În schimb, dragostea este cea mai importantă resursă de fericire din viața omului.

Luate separat, dragostea și sexul au foarte puține lucruri comune. Atât din punct de vederea neurologic și hormonal, cât și psihologic și emoțional avem de-a face cu două realități complet diferite. Desigur, nu același lucru se poate spune atunci când vorbim despre dragostea dintre bărbat și femeie în cadrul relațiilor maritale, când aceasta se împlinește și prin unirea trupească a celor doi. Dar nici nu știm dacă e corect să-i mai spunem acesteia „sex" în accepțiunea mediatică a termenului. Zicem aceasta fiindcă sexul definit mediatic sau consumerist îm-

bracă haina recreaționalului, a euforicului sau a sportului de performanță. Sexul liberalizat și distrofic combinat cu perversiunea a ajuns să se miște undeva în zona patologi-

ei și a horror-ului. Sexul acesta care este propus tinerilor ca antidepresiv sau drog extatic nu are absolut nimic comun cu dragostea, deși se grefează inițial pe dorința tânărului sau a omului de a iubi și pe instinctul de a procrea.

Sexul liberal și pervers funcționează sută la sută ca un drog. Odată ce ai gustat, dorești și mai mult, și mai mult, până când nu mai poți trăi fără el, până când constați că ți-ai sărăcit capacitatea de a mai iubi, ți-ai ruinat sănătatea biologică și pe cea mentală. E o cale de pe care, odată pătruns, nu mai poți ieși fără traume profunde. Un joc cu propriii hormoni și neurotransmițători în care ne batem joc în primul rând de sistemul nervos, de întregul nostru trup și psihic.

Excitația indusă de sexul decuplat de relația afectivă devine o stare de fapt a consumatorului de pornografie sau a dependentului de sex. Este o excitație fără finalitate, care, dublată de obsesia fantasmelor porno, răpește liniștea mentală și sufletească, inducând irascibilitate și anxietate, depresie, probleme de memorie și de atenție. Liniștea postorgasmică devine încet, încet, o fata morgana pe fondul unei tristeți de fond care înnegurează viața individului.

La celălalt pol, se află tinerii care în miezul tainei vieții conjugale se unesc trupește, după cum și sufletește se iubesc și se respectă ca persoane. Pentru aceștia, actul sexual nu este un divertisment și nici nu se așteaptă ca acesta să le aducă marea fericire. Nu în orgasm a stat vreodată în istorie rezolvarea problemelor umanității și nici fericirea oamenilor, după cum se insinuează de la revoluția sexuală a anilor '70 până astăzi. Pur și simplu, dragos-

tea în sine, prezenţa celuilalt sau gândul la el e suficient pentru ca neuromecanismele stării de bine, a euforiei şi a bucuriei de a trăi să fie puse în mişcare. Acest lucru este

demonstrat astăzi de neuropsihologia modernă. Numai faptul că oxitocina – hormonul ataşamentului, se eliberează în organism doar că te gândeşti la persoana iubită, spune extrem de mult privind sensul dragostei şi puterea ei. De bună seamă, taina minţii şi a sufletului uman este inepuizabilă, însă măcar la acest nivel, la care ştiinţa a reuşit să pătrundă, putem constata că binele şi liniştea, fericirea şi pacea sufletească nu se pot obţine altfel decât pe calea iubirii.

Din păcate, astăzi, sub domnia banului şi a consumismului, în epoca publicităţii, a mass-mediei şi a tehnicilor de control al populaţiei, o înţelegere sănătoasă a tainei iubirii împlinite bunăoară în cadrul relaţiilor maritale este greu de dobândit. În acest context, este esenţial efortul fiecăruia dintre noi de a cunoaşte adevărul. Altfel ne vom mişca asemenea unor animale mânate de instincte sau a unor roboţi umani programaţi să funcţioneze după un soft străin de fiinţa umană care ne conduce la autodistrugere. Finalul este dezastruos. Cele câteva cazuri prezentate pe parcursul acestei cărţi sunt relevante. Pornografia conduce la distrugerea completă a individului şi la disoluţia civilizaţiei umane. Şi pentru că nu am ajuns încă până la punctul în care să ne forţeze cineva să mergem pe calea aceasta – deşi Huxley zice că acolo se va tinde –, să alegem cât mai putem dragostea, viaţa de familie şi credinţa în Dumnezeu, singurele prin care ne putem dobândi fericirea.

Bibliografie

„A Role For Prolactin In Breast Cancer și Prolactin blocks oncogene associated with poor prognosis in breast cancer", în *ScienceDaily* din 4 feb. 2010, Thomas Jefferson University.

Agren, G. & Lundeberg, T. (2002). Social stress blocks energy conservation in rats exposed to an oxytocin-injected cage mate, *Neuroreport* 13(11):1415-9.

Allen, M.; D'Allessio, D. & Brezgel, K., „A meta-analysis summarizing the effects of pornography II: Aggression after exposure", *Human Communication Research*, No. 22, 1995. Lamuth, N. și Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.

Allen, M.; Emmers, T. M.; Gebhardt, L. & Giery, M., „Pornography and rape myth acceptance", *Journal of Communication*, No. 45, 1995.ak, A.

American Academy of Matrimonial Lawyers, *Making marriage last*, 2005, document disponibil la adresa http://www.aaml.org/Marriage_Last/MarriageMain.htm, 3 iunie 2005.

Anna Rose; et. al., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen" Drug and Sexual Cues", *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008.

Atwood Joan D., „Mommy's Little Angel, Daddy's Little Girl: Do You Know What Your Pre-Teens Are Doing?", *The American Journal of Family Therapy* 34 (2006): 447-67.

Australian Institute of Health and Welfare Canberra, *Cervical screening in Australia*.

Bandini E., Severe depressive symptoms and cardiovascular risk in subjects with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Oct;7(10):3477-86.

Bär, Karl-Jürgen și alții, „Changes in the Effect of Spinal Prostaglandin E2 during Inflammation: Prostaglandin E (EP1-EP4) Receptors in Spinal Nociceptive Processing of Input from the Normal or Inflamed Knee Joint", *The Journal of Neuroscience*, No. 24 (3), 2004.

Barbara A. Steffens and Robyn L. Rennie, „The Traumatic Nature of Disclosure for Wives of Sexual Addicts", *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 247–67.

Battersby, S.; Sales, K.J.; Williams, A.R.; Anderson, R.A.; Gardner, S. şi Jabbour, H.N., „Seminal plasma and prostaglandin E2 up-regulate fibroblast growth factor 2 expression in endometrial adenocarcinoma cells via E-series prostanoid-2 receptor-mediated transactivation of the epidermal growth factor receptor and extracellular signal-regulated kinase pathway S", *Human Reproduction*, No. 1, vol. 22, 2007.

BBC News. „Kids Top Searches Include 'Porn.'" 12 August 2009. Web. 3 Dec. 2009. <http://news.bbc.co.uk/2/hi/technology/8197143.stm>.

Bergner, R. M., & Bridges, A. J. (2002). The Significance of heavy pornography involvement for romantic partners: Research and clinical implications. Journal of Sex & Marital Therapy, 28, 193–206.

Berthiller, J.; Vaccarella, S.; Winn, D.; Smith, E., „Sexual behaviours and the risk of head and neck cancers: a pooled analysis", International Head and Neck Cancer Epidemiology (INHANCE) consortium, *International Journal of Epidemiology*, 2009.

Billings LB, Oxytocin and addiction: a review, *Psychoneuroendocrinology* noiembrie 1998; 23 (8) :945-62.

Black, D., Dillon, D., & Carnes, S. (2003). Disclosure to children: Hearing the child's experience. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 10, 67–78.

Boies, S.C., „University Students' Uses of and Reactions to Online Sexual Information and Entertainment".

Bonino, S.; Ciairano, S.; Rabaglietti, E. şi Cattelino, E., „Use of Pornography and Self-Reported Engagement in Sexual Violence Among Adolescents", *European Journal of Developmental Psychology*, No. 3, 2006.

Bourke, M. & Hernandez, A., „The Butner study redux: A report of the incidence of hands-on child victimization by child pornography offenders", *Journal of Family Violence*, No. 24, 2009.

Brian Dew, Michael Brubaker, and Danica Hays, „From the Altar to the Internet: Married Men and Their Online Sexual Behavior", *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 195-207.

Bridges Ana J., Raymond M. Bergner, and Matthew Hesson-McInnis, „Romantic Partners' Use of Pornography: Its Significance for Women," *Journal of Sex & Marital Therapy* 29, 2003.

Bridges J., Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. Journal of Sex & Marital Therapy, 29, 1–14.

Bridges, A. J., Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. Journal of Sex & Marital Therapy, 29, 1–14.

Brody S. RM Costa, Vaginal orgasm is associated with less use of immature psychological defense mechanisms, *Sex J Med.* mai 2008; 5 alineatul (5) :1167-76. Epub 2008 04 martie.

Brody Stuart şi Tillmann HC Krügerb The post-orgasmic prolactin increase following intercourse is greater than following masturbation and suggests greater satiety, *Biological Psychology,* Vol. 71, Issue 3, March 2006, p. 312-315.

Brody Stuart, Alexithymia Is Inversely Associated With Women's Frequency of Vaginal Intercourse, *Archives of Sexual Behavior,* Vol. 32, No. 1, February 2003, pp. 73–77 (C 2003).

Brody Stuart, Penile – vaginal intercourse is better: evidence trumps ideology, *Sexual and Relationship Therapy,* Vol. 21, No. 4, Nov. 2006.

Brody Stuart, Vaginal orgasm is associated with better psychological function, *Sexual and Relationship Therapy,* Volume 22, Issue 2 May 2007, p. 173 – 191.

Burgess, A., „The Effects of Pornography on Women and Children Including an Analysis of Sexual Homicide Crime Data." Testimony before the Subcommittee on Juvenile Justice, Committee on the Judiciary, U.S. Senate. Wash. D.C., 1984.

Burke, W.J. et. al., "Neurotoxicity of MAO Metabolites of Catecholamine Role in Neurodegenerative Diseases", *Original Research Article NeuroToxicology,* No. 1-2, vol. 25, 2004.

Burke, W.J. et. al., „Aggregation of alpha-synuclein by DOPAL, the monoamine oxidase metabolite of dopamine *Acta Neuropathology,* No. 115(2), februarie 2008.

Cal Tech, Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows, (1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site.

Caltech Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows.(1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site

Camacho, A. şi Massieu, L., „Role of glutamate transporters in the clearance and release of glutamate during ischemia and its relation to neuronal death", Archives of Medical Research, No. 37(1), 2006.PMID 16314180. Document accesat la data de 31 ianuarie 2007.

Cameron, Kenzie A. et. al., „Adolescents' Experience with Sex on the Web: Results from Online Focus Groups", *Journal of Adolescence*, No. 28, 2005.

Cantor, J., Mares, M.L. şi Hyde, J.S., „Autobiographical memories of exposure to sexual media content", *Media Psychology*, No. 5, 2003.

Carlsen, E.; Petersen, J.H.; Andersson, A.M.; Skakkebaek, N.E., „Effects of ejaculatory frequency and season on variations in semen quality", *Fertil Steril.*, No. 82(2), august 2004.

Carnes, P. *Don't Call It Love: Recovery From Sexual Addictions*, New York: Bantam Books, 1991.

Carnes, P., *Contrary to love: Helping the sexual addict*, Minneapolis, MN: CompCare, 1989.

Cassoni P, et al., Evidence of oxytocin/oxytocin receptor interplay in human prostate gland and carcinomas, *Int J. Oncol.* 2004 ct;25(4):899-904.

Cassoni P. et al., Oxytocin and Oxytocin Receptors in Cancer Cells and Proliferation, *Journal of Neuroendocrinology*, Volume 16, Issue 4, pages 362–364, April 2004.

Childress, Anna Rose et. al., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen" Drug and Sexual Cues", *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008.

Cline V.B., *Compulsive Sexual Behavior and Sex Addiction: Too much of a good thing?* National Coalition for the Protection of Children & Families, Cincinnati, Ohio, SUA, 1999.

Cline, V.B., *Pornography's Effects on Adults and Children*, Morality In Media, New York, 2001.

Media, New York, 2001.

Colin Hesse, Affection mediates the impact of alexithymia on relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 50, Issue 4, April 2011, Pages 451-456.

Collins, Rebecca L. et. al., „Watching Sex on Television Predicts Adolescent Initiation of Sexual Behavior", versiune electronică, *Pediatrics*, No. 114, 2004.

Contoreggi C., et al. (2003). Treatment-seeking inpatient cocaine abusers show hypothalamic dysregulation of both basal prolactin and cortisol secretion, *Neuroendocrinologie* 78:154-162 .

Cooper Al., Eric Griffin-Shelley, David L. Delmonico, and Robin M. Mathy, „Online Sexual Problems: Assessment and Predictive Variables", *Sexual Addiction & Compulsivity* 8 (2001).

Cooper, A., N. et. al.„ „Sex on the Internet: Furthering Our Understanding of Men with Online Sexual Problems," *Psychology of Addictive Behavior* 18 (2004): 223-30.

Corley M. Deborah and Jennifer Schneider, „Sex Addiction Disclosure to Children: The Parents' Perspective", *Sexual Addiction & Compulsivity* 10 (2003): 291-324.

Corona G. et al. Psychobiological correlates of women's sexual interest as perceived by patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Jun;7(6):2174-83.

Corona, G. Autoeroticism, mental health, and organic disturbances in patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.*, 2010 Jan;7(1 Pt 1):182-91.

Costa RM , S Brody, Women's relationship quality is associated with specifically penile-vaginal intercourse orgasm and frequency, *J Sex marital*, Nu. 2007 Iul-Sep; 33 (4) :319-27.

Courtney E. Detillion, Social facilitation of wound healing, *Psychoneuroendocrinology* Volumul 29, Nr 8 , septembrie 2004, Pagini 1004-1011; Gouin JP., Comportament marital, oxitocina, vasopresină, şi vindecarea rănilor, *Psychoneuroendocrinology*, august 2010; 35 (7) :1082-90. Epub. 2010 februarie 09.

Cowan Gloria, Carole Lee, Daniella Levy, and Debra Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes", *Psychology of Women Quarterly* 12 (1988): 299-311.

Cowan, Lee, Levy, and Snyder, „Dominance and Inequality in X-Ra

Cowan, Lee, Levy, and Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes”.

Cupole G., et al., Oxytocin improves „mind-reading” in humans, *Biol Psihiatrie.* 15 martie 2007; 61 (6) :731-3. Epub 2006 29 noiembrie.

Dagvadorj, A. et. al., „Autocrine prolactin promotes prostate cancer cell growth via Janus kinase-2-signal transducer and activator of transcription-5a/b signaling pathway”, *Endocrinology*, No. 148(7), iulie 2007., 5 aprilie 2007.

Daling, J., Weiss, N.; Hislop, T.; Maden, C.; Coates, R.; Sherman, K.; Ashley, R.; Beagrie, M., „Sexual Practices, Sexually Transmitted Diseases and the Incidence of Anal Cancer”, *N. Engl. J. Med*, No. 317, 15 octombrie 1987.

Dalley, J.W. et. al., „Neurobehavioral mechanisms of impulsivity: Fronto-striatal systems and funcţional neurochemistry”, *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, 2 nov. 2008. Daluga, Nicole, „A Content Analysis of Sexual Risk and Protective Behaviors and Messages in Sexually Explicit Web Pages Viewed by a National Probability Sample of U.S. Adolescents”, Atlanta, Georgia: Rollins School of Public Health of Emory University, 2002.

Daneback Kristian, Al Cooper, and Sven-Axel Mansson, „An Internet Study of Cybersex Participants,”, *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 321-28.

Deborah E.S. Frable, Anne E Johnson, and Hildy Kellman, „Seeing Masculine Men, Sexy Women, and Gender Differences: Exposure to Pornography and Cognitive Constructions of Gender”, *Journal of Personality* 65 (1997): 311-355.

Dedmon, J. (Nov. 2002). Is the Internet bad for your marriage? Online affairs, pornographic sites playing greater role in divorces. Press Release from The Dilenschneider Group, Inc.

Dennis, L. şi Dawson, D., „Meta-analysis of measures of sexual activity and prostate cancer”, *Epidemiology*, No. 13(1), ianuarie 2002.es, R.;

Dimitropoulou, P. et. al., „Sexual activity and prostate cancer risk in men diagnosed at a younger age”, *BJUI International*, 2008.

Doidge N., *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007.

Dominguez, Juan M.; Gil, Mario şi Hull, Elaine M., „Preoptic Glutamate Facilitates Male Sexual Behavior”, *The Journal of Neurosci-*

mate Facilitates Male Sexual Behavior", *The Journal of Neuroscience,* No. 26(6), 8 februarie 2006.

Donald W. Black, Laura L.D. Kehrberg, Denise L. Flumerfelt, and Steven S. Schlosser, „Characteristics of 36 Subjects Reporting

Compulsive Sexual Behavior", *American Journal of Psychiatry* 154 (1997): 243-49 (247).

Doran K., „Industry Size, Measurements, and Social Costs", în *Costurile sociale ale pornografiei: o culegere de lucrări* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010).

Doran K.şi J. Price, „Movies and Marriage: Do Some Films Harm Marital Happiness?", studiu în desfăşurare, 2009.

Drake, R. E., „Potential health hazards of pornography consumption as viewed by psychiatric nurses", *Archives of Psychiatric Nursing,* No. 8(2), 1994; Zillman, D. & Bryant, J., „Pornography, sexual callousness, and the trivialization of rape", *Journal of Communication,* No. 32(4), 1982;

Eberhadrt M., A. M. Layden, *The Social Costs of Pornography A Statement of Findings.*

Evans, D. R., "Masturbatory Fantasy & Sexual Deviation", *Behavioral Research & Therapy,* vol. 6, 1968, ; şi: Jackson, B.T., "A Case of Voyeurism Treated by Counter Conditioning.", *Behavior Research & Therapy,* vol. 7, 1969.

Family Safe Media Statistics. Qtd. at *Alabama Policy Institute.* „Internet Pornography: Facts and Figures." Web. 3 Dec. 2009. < http://www.alabamapolicyinstitute.org/issues/gti/issue.php?issueID=311&guideMainID=21>.

Feilitzen, C. Von şi Carlsson, U., *Children in the New Media Landscape: Games, Pornography, Perceptions,* Goteburg: UNESCO/Nordicom, 2000.

Feldman R., variaţiile naturale în îngrijirea mamei şi a paternă sunt asociate cu modificări sistematice în oxitocina urma unui contact parinte-copil, *Psychoneuroendocrinology,* sept. 2010; 35 (8) :1133-41. Epub 2010 februarie 12.

Fernández-Guasti, A.; Rodríguez-Manzo, G.; Scand, J., „Pharmacological and physiological aspects of sexual exhaustion in male rats", *Psychology,* No. 44 (3), iulie 2003.Foster, R.S.; Mulcahy, J.J.; Callaghan, J.T.; Crabtree, R.; Brashear, D., „Role of serum pro-

No. 36(6), decembrie 1990.

Fincher, Jack, *The Brain: Mystery of Matter and Mind,* Torstar Books, New York, 1984.

Fiorino D. F., Dynamic Changes in Nucleus Accumbens Dopamine Efflux During the Coolidge Effect in Male Rats, Volume 17, Numărul 12, *Eliberarea din 15 iunie 1997* pp. 4849 – 4855.

Fisher, W.A.; Belfry, S. & Lashambe, D. R., „Sex, guys, and cyberspace: Effects of internet pornography and individual differences on men's attitudes toward women", *Journal of Psychological and Human Sexuality,* No. 11, 1999.

Flood, M., & Hamilton, C. (2003). Youth and pornography in Australia: Evidence on the extent of exposure and likely effects. The Australia Institute, Discussion Paper Nr 52.

Fraczek, Monik şi Kurpisz, Maciej, „Inflammatory mediators exert toxic effects of oxidative stress on human spermatozoa", *Journal of Andrology,* No. 2, vol. 28, martie/aprilie 2007.

Freeman-Longo, R. E., „Children, teens, and sex on the Internet", *Sexual Addiction & Compulsivity,* No. 7, 2000.

Fröhlich P , C Meston , Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women, *J Res Sex.* nov. 2002; 39 (4) :321-5.

Frohlich P, C Meston, Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women, *J Sex Res.* 2002 Nov;39(4):321-5.

Gaines S. „Why Sex Still Leads the Net," 28 Feb. 2002. *The Guardian.* <*Guardian.co.uk*>. Web. 4 Dec. 2009. <http://www.guardian.co.uk/technology/2002/feb/28/onlinesupplement.newmedia>.

Gina M.; DiClemente, Ralph J.; Harrington, Kathy; Davies, Suzy; Hook, Edward W. şi M.Kim Oh, „Exposure to X-rated Movies and Adolescents' Sexual and Contraceptive-related Attitudes and Behaviors", *Pediatrics,* No. 107, 2001.

Glasper, ER & DeVries, AC 2005. structura socială influenţează efectele de locuinţe perechi pe vindecarea rănilor. *Brain Behavior şi Imunitate,* 19:61-68.

Goldberg, A., *Monthly users report on adult sexually oriented sites for*

April 1998, Washington, D.C.: Relevant Knowledge, 1998.

Goldmeier David, CASE REPORT: Postorgasm Illness Syndrome—A Spectrum of Illnesses, *The Journal of Sexual Medicine*, Volume 7, Issue 5, pages 1976–1981, May 2010.

Goleman, Daniel şi Davidson, Richard, *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, New York, Harper and Row, 1979.

Goodenough, P., „Online Porn Driving Sexually Aggressive Children", *CNSNews.com* din 26 noiembrie, 2003.

Gordon I., Oxytocin and cortisol in romantically unattached young adults: associations with bonding and psychological distress. *Psihofiziologie* mai 2008; 45 alineatul (3) :349-52. Epub 2008 februarie 04.

Green, Keith şi Kim, Keun, „Interaction of adrenergic antagonists with prostaglandin E2 and tetrahydrocannabinol in the eye", *Ophthalmol. Vis. Sci. Engstrom and Dunham*, No. 22 (6).

Greenfield, Patricia M., „Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications for Peer-to-Peer File Sharing Networks for Child Development and Families", *Applied Developmental Psychology*, No. 25, 2004.

Griffiths, M., „Internet abuse in the workplace: Issues and concerns for employers and employment counselors", *Journal of Employment Counseling*, No. 40, 2003.

Häggstrom-Nordin, E.; Hanson, U. & Tyden, T., „Associations between pornography consumption and sexual practices among adolescents in Sweden", *International Journal of STD & AIDS*, No. 16(2), 2005.

Hall, Nicholas R.; Luttge, William G. şi Berry, Richard B., „Intracerebral prostaglandin E2: Effects upon sexual behavior, open field activity and body temperature in ovariectomized female rats", *Prostaglandins*, No. 5, vol. 10, noiembrie 1975.

Hallfors See, Waller MW, Ford CA et al., Adolescent depression and suicide risk: association with sex and drug behaviors, *Am J Prev Med* . 27 :224–230.

Hartsoe, P.; Mayer, A. şi Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns", *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment*, No. 10 (4), 1998.

Harvey, Philip W.; Everett, David J.; Springall, Christopher J., „Adverse effects of prolactin in rodents and humans: breast and prostate cancer", *Journal of Psychopharmacology*, No. 24 (9), UK, septembrie 2010.

Heaton Jeremy. Prolactin: An integral player in hormonal politics, *Contemporan Urologie*, iunie 2003; 15:17-25.

Heinrichs M., et al. Social support and oxytocin interact to suppress cortisol and subjective responses to psychosocial stress, *Biol Psihiatrie*. 15 decembrie 2003; 54 (12) :1389-98.

Henry J. Kaiser Family Foundation Report (2002), disponibil la adresa: http://www.kff.org/entmedia/loader.cfm?url=/commonspot/security/getfile.cfm& PageID=14095, accesa în 19 octombrie 2009.

Henry J. Kaiser Family Foundation Report. (2002). Retrieved May 24, 2005,

Holstege G. et al., Brain Activation during Human Male Ejaculation, *Journal of Neuroscience*, 08 octombrie 2003, 23 (27)::9185-9193.

http://internet-filterreview.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics.html

http://investor.nastech.com/phoenix.zhtml?c=83674&p=irol-newsArticle&ID=714964&highlight=

http://lin-institute.com/

http://www.drjudithreisman.com/archives/2010/08/sodomy_decision.html

http://www.drlin.net/

http://www.medicalnewstoday.com/articles/48722.php

http://www.popsci.com/scitech/article/2008-02/compassion-cure?page=

http://www.sailhome.org/Concerns/Excitotoxins.html

http://www.sexaddicthelp.com/Articles/index.htm

http://www.womhealth.org.au/studentfactsheets/cervicalcancer.htm

Huang JY WJ, Yeh, SF Kan, et al. Effects of hyperprolactinemia on testosterone production in rat Leydig cells, *J Cell Biochem*. 2001; 80 (3) :313-320.

Huber D., Vasopressin and oxytocin excite distinct neuronal populations in the central amygdala, *Science* 2005 Apr;308(5719):245-8.

tions in the central amygdala, *Science*. 2005 Apr;308(5719):245-8

Hull, Elaine M.; Dominguez, Juan M., „Getting his act together: Roles of glutamate, nitric oxide, and dopamine in the medial preoptic area", *Brain Research*, No. 1126, 2006.

Humphreys T.P. et al. Alexithymia and satisfaction in intimate relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 46, Issue 1, January 2009, Pages 43-47.

International Guidelines on Sexuality Education, UNESCO, 2009.

Işeri S., et al. Oxitocina protejează împotriva daunelor induse de sepsis-multiple de organ: rolul de neutrofile, *J Res Surg*. 01 iunie 2005; 126 (1) :73-81.

Itzin (Ed.), *Pornography: Women, violence and civil liberties*. (–310). New York, NY: Oxford University Press.

J. V. P. & Guloien, T. H., „The effects of repeated exposure to sexually violent pornography, nonviolent dehumanizing pornography, and erotica", în Zillmann, D. & Bryan, J. *Pornography: Recent research, interpretations, and policy considerations*, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1989.

Jane D. şi Newcomer, S., „Television Viewing and Adolescents' Sexual Behavior", *Journal of Homosexuality*, 1991, pp.21:77-91;

Jenness, Valerie; McCleary, Richard şi Meeker, James W., „Crime-Related Secondary Effects of Sexually-Oriented Businesses Report to the County Attorney Palm Beach County, Florida" (Rezumat, 15 august 2007), disponibil la adresa: http://communitydefense.org/cdcdocs/landuse/pdf/florida_palmbeach_2007.pdf.

Jiang M., Xin J , Q Zou , JW Shen, A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men, J Univ Sci Zhejiang. 2003 Mar-aprilie; 4 (2) :236-40.

Jiang M., Periodic changes in serum testosterone levels after ejaculation in men, Sheng Li Xue Bao. 2002 Dec 25;54(6):535-8.

Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men", *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003.

Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men", *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003, pp.

236-40.

Jill M. Cyranowski et al., Lifetime Depression History and Sexual Function in Women at Midlife, *Archives of Sexual Behavior,* Vol. 33, Nr 6, 539-548, DOI: 10.1023/B.

Johansson Thomas and Nils Hammaren, „Hegemonic Masculinity and Pornography: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography", *The Journal of Men's Studies* 15 (2007): 57-70.

Johansson, Thomas şi Hammarén, Nils, „Hegemonic Masculinity and Porn: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography", *The Journal of Men's Studies,* No. 15, 2007.

Karen M., Effects of Partner Support on Resting Oxytocin, Cortisol, Norepinephrine, and Blood Pressure Before and After Warm Partner Contact, *Psychosomatic Medicine,* (2005) 67:531-538

Kiecolt-Glaser J.K., et al., (2001), Marital Stress: Immunological, Endocrinological, and Health Consequences, Retrieved November 4 2004, from Ohio State University Web site.

King, S., „The impact of compulsive sexual behaviors on clergy marriages: Perspectives and concerns of the pastor's wife", *Sexual Addiction & Compulsivity,* No. 10, 2003; Leiblum, S. & Döring, N., „Internet sexuality: Known risks and fresh chances for women", în Cooper, A., „Sexuality and the Internet: Surfing into the new millennium", *CyberPsychology & Behavior,* No. 1(2), 1998.

Koloe, H., L.L.; Westfalle, T.C.; Anwarf, M.; Glicksteinf, S.B. şi Ruggierof, D.A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo", *Brain Research,* No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001.

Kosfeld M. et al. 2005. Creşteri Oxytocin increases trust in humans, *Natur* 435:673-676.

Kovacs GL, et al. (1998) Oxytocin and addiction: a review. Psychoneuroendocrinology 23:945–962.

Kruger TH., et al. (2003). Specificity of the neuroendocrine response to orgasm during sexual arousal in men, *Bulletin et Memoires de l Academie Royale de Medecine de Belgique* 157(7-9):383-90.

Langstrom, N. & Seto, M. (2006). „Exhibitionistic and voyeuristic behavior in a Swedish national population survey", *Archives of Se-*

xual Behavior, 35, 427-435.

Langstrom, N. & Zucker, K.. „Transvestic fetishism in the general population: Prevalence and correlates", *Journal of Sex and Marital Therapy*, 2005, 31, 87-95.

Lee P.R., et al., Social interaction deficits caused by chronic phencyclidine administration are reversed by oxytocin, *Neuropsychopharmacology*. 2005 Oct;30(10):1883-94.

Legros Jean-Jacques, Oxytocin mediates the antidepressant effects of mating behavior in male mice, *Neuroscience Research*, Volume 68, Issue 2, October 2010, Pages 151-153. Uvnas-Moberg K , M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med*. 2005; 51 (1) :57-80.

Levin, D. şi Kilbourne, J., *So Sexy So Soon: The New Sexualized Childhood and What Parents Can Do to Protect their Kids*, New York: Ballantine Books, 2008.

Longo, R. E.; Brown, S. M. & Price Orcutt, D., „Effects of Internet sexuality on children and adolescents", în A. Cooper (Ed.), *Sex and the Internet: A guidebook for clinicians*, New York: Brunner-Routledge, 2002.

Lowenstein, L.F., „Causes and associated features of divorce as seen by recent research", *Journal of Divorce & Remarriage*, No. 42(3/4), 2005.

M. & Oros, C., „Sexual experiences survey: A research instrument investigating sexual aggression and victimization", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, No. 50, 1982.

Macarthure, Heathe; Koloe, Lacy L.; Westfalle, Thomas C.; Anwarf, Muhammad; Glicksteinfg, Sara B. şi Ruggierof, David A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo", *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001.

Malamuth, N. şi Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.

Manning Jill C., *Hearing on pornography's impact on marriage & the family*, Subcommittee on the constitution, civil rights and property rights Committee on judiciary United states senate, Submission for the Record: The Impact of Internet Pornography on Marriage and

the Family: A Review of the Research, Washington, D.C., 2005.

Manning, J.C., *A qualitative study of the supports women find most beneficial when dealing with a spouses sexually addictive or compulsive sexual behavior*, 2005, disertație doctorală în curs de publicare.

Manning, Jill C. Hearing on pornography's impact on marriage & the family Subcommittee on the constitution, civil rights and property rights Committee on judiciary United states senate, Submission for the Record: The Impact of Internet Pornography on Marriage and the Family: A Review of the Research, Washington, D.C., 2005.

Marchitti, Satori A.; Deitrich, Richard A. și Vasiliou, Vasilis, „Neurotoxicity and Metabolism of the Catecholamine-Derived 3,4-Dihydroxyphenylacetaldehyde and 3,4-Dihydroxyphenylglycolaldehyde: The Role of Aldehyde Dehydrogenase", *Pharmacological Reviews*, No. 2, vol. 59, iunie2007.

Marquis, J.N., "Orgasmic Reconditioning: Changing Sexual Object Choice Through Controlling Masturbation Fantasies", *J. Behav. Ther. & Ex Psychiat.*, vol. 1, 1970.

Marshall, W. L., „The use of sexually explicit stimuli by rapists, child molesters and non-offenders", *Journal of Sex Research*, No. 25 (2), 1988.

Mary Anne Layden, Ph.D. (Center for Cognitive Therapy, Department of Psychiatry, University of Pennsylvania), Testimony for U.S. Senate Committee on Commerce, Science and Transportation, November 18, 2004.

Mattammal, M.B.; Haring, J.H.; Chung, H.D.; Raghu, G.; Strong, R., „An endogenous dopaminergic neurotoxin: implication for Parkinson's disease", *Neurodegeneration*, No. 4(3), septembrie 1995.eurotoxic catecholamine metabolite in nociceptors contributes to painful peripheral neuropathy", *European Journal of Neuroscience*, No. 6, vol. 28, sept. 2008.

Mattie Topuri, Individual differences in emotional expressivity predict oxytocin responses to cortisol administration: Relevance to breast cancer?, Biological Psychology, Volume 75, Issue 2, May 2007, Pages 119-123.

McGuire, R.J., et al., "Sexual Deviations as Conditioned Behavior: A

Hypothesis", *Behavior Research Therapy*, vol. 2, 1965, .

Media Awareness. (2000). *Canada's children in a wired world: The parent's view.* A survey of Internet use in Canadian families, *Media Awareness*, 20(2), 17–18. In S. Livingstone (2003), Children's

use of the Internet: Reflections on the emerging research agenda. *New Media & Society*, 5(2), 147–166.

Michele L. Y. and K. J. Mitchell, „Exposure to Internet Pornography among Children and Adolescents: A National Survey", *Cyber-Psychology & Behavior* 8 (2005): 473-86 (479).

Mirchandani, D., „Reducing Internet abuse in the workplace", *SAM Advanced Management Journal*, No. 68(1), 2003, 55.

Mitchell K. J., D. Finkelhor şi J. Wolak, „The Exposure of Youth to Unwanted Sexual Material on the Internet: A National Survey of Risk, Impact, and Prevention", *Youth & Society* 34, no. 3 (2003): 330–58; K. J. Mitchell, D. Finkelhor şi J. Wolak, „Victimization of Youths on the Internet", în *The Victimization of Children: Emerging Issues* (Binghamton, N.Y.: Haworth Maltreatment & Trauma Press, 2003).

Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). The exposure of youth to unwanted sexual material on the Internet: A national survey of risk, impact, and prevention. Youth & Society, 34(3), 330–358.

Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). Victimization of youths on the Internet. In J. L. Mullings, J. W. Marquart, & D. J. Hartley (Eds.), *The victimization of children: Emerging issues*. Binghamton, NY: Haworth Maltreatment & Trauma Press.

Monica Therese Whitty, „Pushing the Wrong Buttons: Men's and Women's Attitudes toward Online and Offline Infidelity", *Cyber Psychology & Behavior* 6 (2003): 569-79.

Moore, M., „Rapelay Virtual Rape Game Banned By Amazon", *The Telegraph* din 13 februarie, 2009, document disponibil la adresa: http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/technology/4611161/Rapelay-virtual-rapegame-banned-by-Amazon.html; Edlund, M., „MUSIC: Hip-Hop's Crossover to the Adult Aisle", *The New York Times* din 7 martie, 2004.

Morrison, T. G. et. al.„ „Exposure to Sexually Explicit Material and Variations in Body Esteem, Genital Attitudes, and Sexual Esteem Among a Sample of Canadian Men", The Journal of Men's Studies, No. 14, 2006.

Mouras, H. S Stoleru, V. Moulier, *Activation of mirror neuron system by erotic video clips predicts degree of induced erection: an MRI study,* NeuroImage 42, nr. 3, 2008, -1150.

MSNBC/Stanford/Duquesne Study, Washington Times, 1/26/2000 comScore Media Metrix National Council on Sexual Addiction Compulsivity, http://www.sash.net/

Muller, M.; Sales, Kurt J.; Katz, Arieh A. şi Jabbour, Henry N., „Seminal Plasma Promotes the Expression of Tumorigenic and Angiogenic Genes in Cervical Adenocarcinoma Cells via the E-Series Prostanoid 4 Receptor", *Endocrinology,* No. 7, Vol. 147.

„National Survey of American Attitudes on Substance Abuse IX: Teen Dating Practices and Sexual Activity".

„New Evidence Of Prolactin's Possible Role In Breast Cancer Uncovered", Thomas Jefferson University, 3 octombrie 2007. *ScienceDaily,* University Of Pennsylvania Medical Center, 23 septembrie 1998.

Newsweek din 23 iulie 1990.amuth, Neil Dr. & Donnerstein, Edward Dr. (eds.), *Pornography and Sexual Aggression.* New York: Academic Press, 1984.

Nicholas Zill, „Quality of Parent-Child Relationship, Religious Attendance, and Family Structure," *Mapping America* 48 (2009). See also Mapping America charts of U.S. patterns of viewing x-rated movies (Maps # 37 to 39) and adultery (Maps # 73 to 75).

Nielsen//NetRatings, April 2005. Retrieved directly from Nielsen// NetRatings May 25, 2005.

Norris Jeanette, „Social Influence Effects on Responses to Sexually Explicit Material Containing Violence", *The Journal of Sex Research* 28 (1991): 67-76.

Nosko, Amanda; Wood, Eileen şi Desmarais, Serge, „Unsolicited Online Sexual Material: What Affects Our Attitudes and Likelihood to Search for More?", *The Canadian Journal of Human Sexuality,* No. 16, 2007.

Olds, J., şi Milner, P. (1954), *Jurnalul de Psihologie şi fiziologice comparative*, 47, 419-427.

Patrick F. Fagan, *The effects of pornography on individuals, marriage, family and community*, Family Research Council, Washington DC, 2001.

Paul, „From Pornography to Porno to Porn: How Porn Became the Norm," in Social costs of Pornography: A Collection of Papers (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010.

Pedersen CA, Boccia ML: Oxytocin maintains as well as initiates female sexual behavior: effects of a highly selective oxytocin antagonist.

Peter D. et. al., „Cybersex: The Impact of a Contemporary Problem on the Practices of Marriage and Family Therapists", *Journal of Marital and Family Therapy* 34 (2008): 469-80.

Peter J.şi M. Valkenburg, „Adolescents' Exposure to a Sexualized Media Environment and their Notions of Women as Sex Objects", *Sex Roles* 56 (februarie 2007): 381–95.

Peter, J. şi Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Internet Material, Sexual Uncertainty, and Attitudes Toward Uncommitted Sexual Exploration: Is There a Link?", 2008.

Polston E., and al. (2001). NMDA-mediated activation of the medial amygdala initiates a downstream neuroendocrine memory responsible for pseudopregnancy in the female rat. *Journal of Neuroscience* 21 (11) :4104-10.

Pottern, L.; et. al., „Sexual behaviour, STDs and risks for prostate cancer", *Br. J. Cancer*, No. 82(3), februarie 2000.

„Preserving the Presence of the Past", *American Psychologist*, februarie 1983.

Putnam S., et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, Horm compor. mai 2001; 39: 216-24.

Putnam S., et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, Horm compor. mai 2001; 39: 216-24.

Rachman, S., „Experimentally Induced Sexual Fetishism", *Psychological Record*, vol. 18, 1968.

Raymond M. Bergner and Ana J. Bridges, „The Significance of Heavy Pornography Involvement for Romantic Partners: Research and Clinical Implications", *Journal of Sex & Marital Therapy* 28 (2002): 193-206.

Rector, R, Johnson, K; Noyes, L. Sexually Active Teenagers Are More Likely to Be Depressed and to Attempt Suicide, *Heritage Foundation*, 2003.

Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain", *Mind & Memory*, 2003.

Richard, G.T., „The Role of Sexual Addictions in the Sexual Exploitation of Patients by Male Psychiatrists", *Am Journal of Preventive Psychiatry & Neurology*, primăvara 1991.

Robinson D., Oxytocin mediates stress-induced analgesia in adult mice, *J Physiol.* 15 aprilie 2002; 540 (Pt 2) :593-606.

Rogala, C. şi Tyden, T., „Does Pornography Influence Young Women's Sexual Behavior?" *Women's Health Issues*, 13, No. 1, ianuarie 2003.

Rogala, C. şi Tyden, T., „Sexual Behavior Among Young Men in Sweden and the Impact of Pornography", *International Journal of STD & AIDS* 15, No. 9, 2004.

Rubinstein, E., „Television & Behavior", *American Psychologist*, vol. 38, 1983, ; şi: Eron L., *American Psychologist Association Monitor*, No. 4, vol. 23, mai 1992.

Russell, Diana, *Rape & Marriage*, Beverly Hills, CA: Sage, 1982.

Sales, K. J. et. al., „Cyclooxygenase-2 Expression and Prostaglandin E2 Synthesis Are Up-Regulated in Carcinomas of the Cervix: A Possible Autocrine/Paracrine Regulation of Neoplastic Cell Function via EP2/EP4 Receptors", *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, No. 5, vol. 86.

Sample, *The Guardian* (UK), „Sex Objects: Pictures Shift Men's View of Women", 16 februarie, 2009, disponibil la http://www.guardian.co.uk/science/2009/feb/16/sexobject-photograph.

„Sex and Aggression: Proving the Link", *Psychology Today*, noiembrie 1978.„Rape Fantasies as a Function of Exposure to Violent-Sexual Stimuli", *Archives of Sexual Behavior*, vol. 10, 1986.sell, D. E.

H., *Dangerous relationships: Pornography, misogyny, and rape*, Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 1998.

„Symposium on Media Violence and Pornography" Toronto, Canada: Media Action Group, 1984; şi:

Schneider Jennifer, *A Qualitative Study of Cybersex Participants: Gender Differences, Recovery Issues, and Implications for Therapists, Sexual Addiction & Compulsivity* 7 (2000).

Schneider, J. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. Sexual Addiction & Compulsivity, 7, 31–58.

Schneider, J.P., „Rebuilding the marriage during recovery from compulsive sexual behavior", *Family Relations*, No. 38, 1989.

Scott Aylwin, et. al., „Sexual Fantasies of Adolescent Male Sex Offenders in Residential Treatment: A Descriptive Study," *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 231-39.

Scott Richards and Allen E. Bergin, *Handbook of Psychotherapy and Religious Diversity*, American Psychological Association, Washington, DC, first Edit. 1995, fourth Edit. 2006.

Sheilah Siegel, „Applying Social Comparison Theory to Women's Body Image and Self-esteem: The Effects of Pornography" (Doctoral dissertation, Pacific Graduate School of Psychology, Palo Alto, CA, 1997).

Siegel, S., *Applying social comparison theory to women's body image and self-esteem: The effects of pornography*: Disertaţie susţinută la Universitatea Pacific, Palo Alto, CA.

Souza, G. et. al., „Case–Control Study of Human Papillomavirus and Oropharyngeal Cancer", *N. Engl. J. Med*, No. 356, 2007.

Springer, Sally şi Deutsch, Georg, *Left Brain, Right Brain*, W.H. Freeman, San Francisco, 1981.

Stack, Ira Wasserman, and Roger Kern, „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography", *Social Science Quarterly* 85 (2004): 75-88.

Stanton Zak,PJ, AA, Ahmadi, A. 2007. Oxytocin increases generosity in humans. *PLoS ONE* 2 (11): 1128.

Struthers, W. M., *Wired for intimacy. How pornography hijacks the brain*, Inter Varsity Press, 2009.

Study by Ynkelovich Partners Inc., Sept. 1999. Qtd. by *Proven Men Ministries, LTD.* <www.ProvenMen.org>. Web. 4 Dec. 2009. <http://www.provenmen.org/framework/index.php?page=need>.

The Henry J. Kaiser Family Foundation Report, 2002.

The Pornography Industry Today", *The World & I*, Dec. 1992.

Testimony given to U.S. Attorney General's Commission on Pornography, Houston, Texas, septembrie 1985.

„Teenagers' Sexual Activity Is Tied to Drugs and Drink", *New York Times*, 20 august, 2004, A14.

Timothy E. et. al., „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance", *Sex Roles* 53 (2005): 487-493 (490). Timothy E. Bleecker and Sarah K. Murnen, „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance", *Sex Roles* 53 (2005): 487-493.

Tops M., Anxiety, cortisol, and attachment predict plasma oxytocin, *Psychophysiology* 2007 May; 44(3).

Travison, Thomas G.; Araujo, Andre B.; O'Donnell, Amy B.; Kupelian, Varant şi McKinlay, John B., „A Population-Level Decline in Serum Testosterone Levels in American Men", *J. Clin. Endocrinol. Metab.*, No. 92, 2007.leman, D. şi Davidson, R. (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism.*

ttp://www.mappingamericaproject.org/publications

Tydén, T. & Rogala, C., „Sexual behavior among young men in Sweden and the impact of pornography", *International Journal of STD & AIDS*, No. 15(9), 2004.

Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med.* 2005; 51 (1) :57-80.

Ven-hwei L. and R. Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior", *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37.

Von Feilitzen, C., & Carlsson, U. (2000). *Children in the new media landscape: Games, pornography, perceptions.* Goteburg: UNESCO/Nordicom.

Waldherr M.şi I. D. Neumann, Centrally released oxytocin mediates

mating-induced anxiolysis in male rats, *Proc Acad. Sci Natl SUA A*. 2007 octombrie 16; 104 (42) : 16681-16684.

Ward L. M. şi K. Friedman, „Using TV as a Guide: Associations Between Television Viewing and Adolescents' Sexual Attitudes

and Behavior", *Journal of Research on Adolescents* 16, no. 1 (March 2006): 133-56.

Ward L. M., „Does Television Exposure Affect Emerging Adults' Attitudes and Assumptions About Sexual Relationships? Correlational and Experimental confirmation", *Journal of Youth and Adolescence* 31, no. 1 (2002).

Wasserman, I. şi Kern, R., „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography", *Social Science Quarterly*, No. 85, 2004.

Weaver J. B., „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities" (Testimony presented before the Subcommittee on Science, Technology, and Space of the Senate Committee on Commerce, and Science, Washington, DC, Nov. 18, 2004).

Wendy M., M. Larry, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, HarperCollins e-books, 2008.

Wheeler, D. L., „The relationship between pornography usage and child molesting. Dissertation Abstracts International Section A", *Humanities and Social Sciences*, Vol 57(8-A), 1997.

Whitty, M. T. (2003). Pushing the wrong buttons: Men's and women's attitudes toward online and offline infidelity. Cyber Psychology & Behavior, 6(6), 569–579.

Wieckowski, E., Hartsoe, P., Mayer, A. şi Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns", *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment* 10, No. 4, 1998.

Wigley, K. şi Clarke, B., *National Opinion Poll's Kids.net (2000)*, disponibil la adresa: http://www.nop.co.uk, accesat în ianuarie 2003), în S. Livingstone, „Children's Use of the Internet: Reflections on the Emerging Research Agenda", *New Media & Society*, No. 5, 2003.

Wolak J., K. J. Mitchell, D. Finkelhor, „Online Victimization of Youth: Five Years Later", 006: 7, 10, disponibil la http://www.unh.edu/ccrc/pdf/CV138.pdf .

www.unicef.org/.../BriefingKitForTeachers-STIs.doc

Ybarra, M.L. şi Mitchell, K.J., „Exposure to Internet Pornography among Children and Adolescents: A National Survey", *Cyber-Psychology & Behavior*, No. 8, 2005.

Yoder, Vincent Cyrus; Virden, Thomas B. III şi Amin, Kiran, „Internet pornography and Loneliness: An Association?", *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 12, 2005.Acesta a fost un studiu cuprinzând 400 de utilizatori individuali de pornografie pe Internet.

Young L.J. and Z. Wang, The neurobiology of pair bonding, *Nat. Neurosci.* 7 (2004), pp. 1048–1054. Full Text via CrossRef | View Record in Scopus | Cited By in Scopus (228).

Zillman Dolf, Indiana University, Paper prepared for the Surgeon General's Workshop on Pornography and Public Health, Arlington VA, 1986 http://profiles.nlm.nih.gov/NN/B/C/K/V/_/nnbckv.pdf

Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of massive exposure to pornography", în Malamuth, N. M. & Donnerstein, E. (Eds.), *Pornography and Sexual Aggression*, 1984;

Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of prolonged consumption of pornography on family values", *Journal of Family Issues*, No. 9(4), decembrie 1988.

Zillman, D., „Influence of unrestrained access to erotica on adolescents' and young adults' dispositions toward sexuality", *Journal of Adolescent Health*, No. 27, 2000.

Zillmann D. and J. Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction", *Journal of Applied Social Psychology* 18 (1988): 438-53 (439-440), citând S.E. Gutierres, D.T. Kenrick, and L. Goldberg (1983, August), *Adverse effect of popular erotica on judgments of one's mate*, Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Anaheim, CA.

Zillmann, D. & Bryant, J., „Shifting preferences in pornography consumption", *Communication Research*, No. 13 (4), 1986.

Cuprins

Pornografia reprezintă, după cum arată autorul, un adevărat mijloc de spălare a creierului sau de direcționare a comportamentului uman pe căi greșite.

Bazându-se pe o amplă documentare, autorul ne descrie în detaliu efectele pe care pornografia le are asupra biologiei omului, asupra psihicului, asupra comportamentului și asupra vieții de familie.

Fiind foarte bine documentată, insistând pe tulburările pe care pornografia le poate produce asupra omului și mai ales asupra copiilor, cartea domnului Virgiliu Gheorghe ar trebui citită de toți părinții, de toți educatorii și de toți cei care vor să-și păstreze sănătatea mintală într-o societate care nu numai că nu ne protejează, ci ne ispitește cu tot felul de lucruri dăunătoare.

Prof. Dr. Restian Adrian,